



ALLAN BAY

Cuochi si diventa 2

Feltrinelli



© Giangiacomo Feltrinelli Editore Milano
Prima edizione in "Varia" settembre 2004
Seconda edizione novembre 2004

ISBN 88-07-49029-3

www.feltrinelli.it

Collegati al weblog

CUOCHI SI DIVENTA, il diario
online di Allan Bay.

A mo' di prologo

Apro questo *Cuochi si diventa 2*, il sequel di *Cuochi si diventa*, d'ora in poi ribattezzato *Cuochi si diventa 1*, con un meraviglioso brano della Bibbia che ben descrive il giusto, per me naturalmente, approccio alla vita – e alla cucina.

È nel Libro della Sapienza (2, 1-9). Mi sono sempre chiesto come sia sfuggito alle tante censure che questo magnifico libro – leggetelo, in Italia lo facciamo pochissimo – ha avuto. Parla di come concepiscono la vita gli atei.

Un geniale censore, una persona di immane spessore culturale, incapace in cuor suo di eliminarlo, come il (suo) buon senso chiedeva, e cosa di cui lo ringraziamo, introdusse un primo verso:

dicono infatti tra di loro ragionando male

Un tocco di genio che ha salvato da altri più bigotti censori questi immortali e altissimi versi:

*corta e travagliata è la nostra vita
non c'è rimedio quando per l'uomo è giunta la fine
e nessuno è tornato dall'aldilà
noi siamo figli del caso e dopo saremo
come se non fossimo mai esistiti
perché il soffio vitale delle nostre narici
non è che tenue fumo*

*e il pensiero è una scintilla eccitata
nel movimento del cuore
spenta questa il corpo diverrà cenere
e lo spirito si disperderà come aria leggera
il nostro nome col tempo sarà dimenticato
e nessuno più ricorderà le nostre opere
la nostra vita passerà come le tracce di una nube
e si dileguerà come nebbia inseguita dal sole
sopraffatta dal suo calore
la nostra vita è come il passaggio di un'ombra
e finita che sia non ricomincia
perché le è stato posto questo sigillo: nessuno ritorna*

Fin qui tutto canonico, ma poi:

*venite dunque, godiamo dei beni presenti
e usiamo del meglio che esiste per la nostra gioia
riempiamoci di vino squisito e di profumi
nessun fiore primaverile ci sfugga
incoroniamoci di rose fresche prima che appassiscano
nessuno di noi manchi alla nostra festa
ovunque lasciamo segni della nostra allegria
perché questo è il solo nostro destino*

Chiedo scusa ai cardi

Quando cucino esagero sempre, se ho quattro amici a cena finisce che c'è abbastanza cibo per sei o più.

Forte di questo precedente, quando l'anno scorso nacque l'avventura di *Cuochi si diventa 1* il materiale che avevo a disposizione, cioè le ricette del mio "Archivio dei Prediletti", era abbastanza per scrivere due o addirittura tre libri. Ma anche un'avventura – Robert Louis Stevenson insegna – ha le sue regole, e quindi dovetti selezionarne cinquecento e, non lo nascondo, la scelta fu spesso dolorosa.

Comunque quando archiviai le "escluse" ero sereno: sentivo che sarebbero state protagoniste di un'altra avventura.

Così, quando ho cominciato a pensare al seguito, avevo le idee chiare: avrei cercato di completare l'opera, con una particolare attenzione agli argomenti che nel primo erano rimasti un po' in ombra. Poi il destino si concretizzò nella mail di un lettore che, simpaticamente, mi redarguiva: "Ma come, due sole ricette con cardi contro sette con arancia, come si fa??!!". Si fa che chiedo scusa ai cardi, aveva proprio ragione – e ho rimediato in questo libro. Si fa che l'intuizione fu immediata: avrei cominciato a raccogliere tutte le richieste che mi arrivavano, in qualunque forma. Sarebbero stati i lettori a guidare la seconda parte del dittico. E io avrei sempre stimolato al meglio questo flusso di richieste.

Mi munii subito di un elegante quaderno Moleskine (come si fa a prendere appunti in un quaderno che non sia un

Moleskine?) e cominciai ad annotare tutti gli spunti e le richieste di ricette nei quali incappavo. L'obiettivo era giusto ma la strada per arrivarci no. Sono troppo pasticcone e disorganizzato, solo quando cucino divento più ordinato di una massaia olandese del '600. Quando serviva, il libretto non c'era mai. Quindi prendevo appunti su ogni dove, angoli strappati di giornali, persino biglietti del tram: anche Ungaretti faceva così – *si parva licet*. Carte che poi lasciavo cadere in un elegante cesto giapponese, un vecchio portariso in bambù a quattro piani, che mi aveva sempre portato bene – per la serie non ci credo ma...

Gli spunti sono venuti da ogni dove. Dalle tantissime mail arrivate di cui oltre il 99 per cento simpatiche, complici e partecipative – un collettivo grazie di cuore a tutti quelli che hanno scritto, anche a quell'1 per cento che ha criticato il libro, ho imparato molto da queste critiche. Naturalmente sono stati decisivi i tanti incontri con amici vecchi e nuovi, quelli ghiottoni, quelli sempre disposti a darmi una mano, che alle mie insistenze: "Ma cosa sembra che manchi? cosa vorresti di più?" rispondevano e suggerivano. E gli appunti crescevano.

Alla fine, in una domenica uggiosa, mentre preparavo il fondo di carne (☞ 1) – fatelo, fatelo sempre, è un aiutacuoco straordinario... – aprii una nuova cartella sul computer, dentro la cartella LIBRI. La chiamai CSD2TEXT. Inserii poi delle altre cartelle, da questa, che chiamai da subito *Chiedo scusa ai cardi*, a *I grandi austroungarici*, l'ultima, pressante invito di Barbara, un'amica austriaca che, leggermente turbata, mi aveva detto: "Un libro di cucina come questo non può essere completo senza *Sacher e Dobos*", verissimo.

Cominciai a prendere i fogliettini dal cesto giapponese e a trascrivere lo spunto o la ricetta richiesta. Dieci giorni dopo, alla fine di questo lavoro tanto fondamentale quanto certosino e defaticante, il libro era impostato.

L'ho poi mondato, stemperato, emulsionato, impastato, speziato e lasciato ben lievitare per dargli coerenza, organicità e sapore, questo è il mio mestiere. E infine l'ho scritto.

Ho aggiunto manie vecchie e nuove, che non avevano trovato spazio nel primo volume.

Ho deciso anche di arricchire il libro con due gruppi di capitoli: *Politicamente scorretto*, che parla appunto della mia scarsissima correttezza politica in cucina – e non solo –, e *Si fa ma non si dice*, ovvero piatti e procedure che amo, vergognandomi un po' per svariati motivi – ma che non tengo nascosti.

Cuochi si diventa 1 è stata una scommessa: scrivere un libro di cucina per lettori ghiotti e con un linguaggio nuovo, per nulla paludato. La scommessa raddoppia. In questo momento, di fronte alla pagina stampata, annaffio speranze e timori, che sempre ci sono, con un grande bicchiere di vino – un Barolo di Bartolo Mascarello che ti mette in pace col mondo. E – qui non ci si ferma mai – sto già ricominciando a mettere fogliettini nel mio portariso giapponese...

Allan Bay sa che in cucina non si smette mai di diventare cuochi. Non vi libererete così facilmente di lui...

PS. *Cuochi si diventa 2* ha senso solo accanto al suo confratello. Quindi, ma è solo un esempio, non ho riscritto tutte le basi e salse, sarebbe stato ridicolo. Pertanto, quando cito una base (o una qualsiasi preparazione) la cui ricetta compare in *Cuochi si diventa 1*, troverete il simbolo (1) del rimando con un piccolo 1 accanto, mentre se la ricetta compare in questo libro troverete (2).



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.

Il decalogo in pillole

Uno spiritoso lettore mi ha scritto: “Bello il tuo decalogo (☞ 1), ma quanto è lungo! Ce ne sono altri ben più sintetici...”. Ha ragione: 5429 battute, spazi esclusi, sono tante. Eccone una versione sintetica, solo 752 battute al netto degli spazi.

1) Se non hai la fortuna della grazia dell’amor del condividere il cibo con gli amici, peggio per te, devi aver molto peccato in una vita precedente.

2) Investi più tempo nel cercare buone materie prime che nel cucinarle.

3) Prima di eseguire un piatto, scrivi la ricetta su un foglio e non perderla mai di vista.

4) Le basi fatte in casa ti permettono di volare alto come un’aquila, le basi industriali alto come un’anatra. Scegli tu.

5) Pesa tutto e porziona tutto prima di accendere il fuoco.

6) Cucina sempre con calma.

7) Sii umile, meglio un piatto semplice dove il successo è a portata di mano che uno complesso ma a rischio.

8) In linea di massima, porta a cottura tutto separatamente e assembla alla fine per pochi istanti.

9) In linea di massima, taglia sottile e cuoci poco.

10) Nel dubbio, studia, osa e tradisci qualunque tradizione. Nessun dio ha mai dettato la ricetta perfetta di qualsiasi piatto.

I grassi: dove, come, quando e perché

Parlare in Italia di grassi da usare in cottura è molto difficile. Per un motivo molto semplice. Il nostro paese detiene un inattaccabile monopolio di un particolare grasso, l'olio extravergine d'oliva. Essendo monopolio e sacrosanto vanto della Penisola, in troppi si fanno travolgere dall'ebbrezza e pontificano: è l'unico grasso che si può usare, gli altri non esistono. Con la stessa sicumera con la quale un saudita dichiara che carbone e nucleare sono fonti di energia inutili, tanto basta il petrolio, o con la quale le autorità giapponesi bloccano l'importazione di qualsiasi tipo di riso, tanto basta quello che producono loro. Questo pontificare spinge alla fine le anime semplici alla perdizione. Ho ancora in mente quanto dichiarato da uno stellato cuoco triveneto l'anno scorso, durante una lezione di cucina, che a proposito di un brasato disse: "Rosolatelo con un ottimo olio extravergine d'oliva". Bene, è una barbarie, si buttano via soldi e si rovinano l'olio e la carne da brastare. È ben vero: il sonno della ragione genera mostri.

In realtà, ragionando a freddo, l'unico approccio che esiste, che orgogliosamente definisco laico, è: ci sono tanti grassi, ognuno con le sue caratteristiche. Cerchiamo di conoscerle al meglio e poi abbiniamo a ogni preparazione il grasso giusto, un grasso che in primo luogo sappia rispettare la preparazione alla quale si abbina, arricchendo senza mai prevaricare. Tutto qui, non sembra una cosa così strana.

✓ Scrivo di cucina, parlo del buono, non mi interessano gli aspetti nutrizionali di un prodotto ma solo il suo sapore e il suo uso ottimale dal punto di vista organolettico. Quindi ignoro e voglio ignorare se, quando e in che modo un grasso possa fare male. Nel dubbio, usatene sempre poco, che sempre grassi sono, e usateli tutti, variandoli molto: una regola empirica che funziona sempre.

L'olio extravergine di oliva d'alta gamma

O meglio, gli oli extravergini di oliva, ne esistono di tanti tipi. Sia chiaro, qui si parla di quell'abbondante 1 per cento della produzione d'alta gamma tutelata più o meno bene, riconducibile a un territorio e a un cultivar, che sarebbe il tipo di olivo utilizzato.

Si dividono grosso modo in due grandi categorie: quelli forti e saporiti, la più parte, e quelli più delicati, si dice sempre liguri o del Garda, anche se ne esistono di altre regioni. Bene, i primi, quelli forti e saporiti, spesso meravigliosi, sempre interessanti, possono essere usati in una sola maniera: a crudo, un filo aggiunto a una pasta, una minestra, un pezzo di carne, un pesce o quant'altro esalta il piatto (quasi) sempre alla grande – ma usatelo con moderazione, che ha un sapore dominante, se vi scappa la mano potreste anche danneggiare un piatto. Utilizzarli in cottura è una vera barbarie, così come per condire una semplice insalata.

Quanto a quelli delicati, appunto meno saporiti, sono dall'uso simile ma reggono anche, al limite, una breve cottura, senza interferire con il piatto. Meglio però usarli anche loro a crudo.

L'olio extravergine di oliva industriale

È un grande desaparecido, nessuno ne parla mai, né bene né male, anche se tutti lo usano, in fondo rappresenta quasi il 99 per cento della produzione.

Per definizione, essendo industriale, è eclettico: si va da un prodotto che si chiama extravergine per via delle scappatoie

che la prodiga legislazione italiana sempre concede, a prodotti medi ma più che accettabili. Per definizione non molto saporito, ma sempre con un sapore netto, si può usare un po' dovunque, al limite, ma solo al limite, per le cotture, in tutte quelle dove però cuoce non a lungo e non alle massime temperature. È perfetto per condire l'insalata. Può andare bene anche per mantecare un risotto.

L'olio di oliva non extravergine

Che tristezza dover definire in negativo un prodotto! Questa è la prova di un drammatico fallimento industriale in atto. Questo olio da sempre è stato una delle colonne portanti dell'esportazione italiana, non solo dove sono emigrati gli italiani, ma un po' dovunque. Quando uno straniero dice: olio di oliva, pensa a questo, conosce questo, non avendo nel 99 per cento dei casi né la cultura né i soldi per comprare un extravergine. Il dramma è che non esiste una vera tutela di questo olio: una legislazione permissiva permette di chiamare di oliva dei prodotti di cui c'è solo da vergognarsi.

Comunque cercate il migliore che trovate, quello più compatibile al vostro gusto, pregate i vostri dèi che sia abbastanza salubre e usatelo. Non è molto saporito. Usatelo nelle cotture che richiedono olio, magari mescolato al burro, una vecchia e buona tradizione. Usatelo, meglio se mescolato a olio di semi, per le salse come la maionese (e 1) ma non solo.

L'olio di riso

Una grande novità. Ottimo, sano, delicato e saporito quanto basta. Provatelo. Può sostituire sia l'olio di oliva non extravergine sia quello di semi.

L'olio di semi

In assoluto il grasso più usato al mondo. Un prodotto conosciuto da sempre e oggi cavallo di battaglia della grande industria. Può essere sia di un solo seme sia di semi vari. Può essere fatto con semi di arachide, mais, girasole, soia e quant'al-

tro. Essendo un cavallo di battaglia della grande industria, è un prodotto per definizione industriale.

Esistono al mondo degli oli di semi fatti artigianalmente con una sapienza simile a quella che usiamo per gli extravergini, penso soprattutto all'olio di semi di zucca e a quello di nocciole, ma in Italia non si trovano e se si trovano si snobbano. Per cui è giusto utilizzarne uno solo, consiglio di arachide, e utilizzarlo un po' dovunque serva un grasso realmente insapore. Ma obbligatoriamente per le frittture – friggere nell'extravergine ma anche nell'olio di oliva è cosa non buona, checché se ne dica: deforma i sapori di quello che cuoce. In più, usarlo per alcune salse come la maionese (☞ 1).

La margarina

È un grasso solido che nasce da un'emulsione di acqua e grassi, in genere vegetali ma anche animali. Sempre industriale che di più non si può, insapore che di più non si può. È dietetica e priva del famoso colesterolo. Si usa più di quanto sembri ma di nascosto, ormai è socialmente inaccettabile. Sostituisce in tutto e per tutto il burro, specialmente nella pasticceria. Comunque la dura verità è una: si può vivere benissimo senza margarina.

Il burro

È un grasso che si ricava dalla panna del latte. Se è la panna che affiora naturalmente è meglio, se la separazione avviene meccanicamente, meno bene.

Si dice che il burro, prodotto del Nord, sia contrapposto da sempre all'olio di oliva, prodotto del Sud, ma è una leggenda metropolitana. Dovunque, Nord e Sud, in Europa il grasso più utilizzato, fino all'invasione della margarina e degli oli di semi industriali, è stato lo strutto. Il burro era un prodotto nobile e costoso, adatto alle grandi occasioni, esattamente come era il (buon) olio. Ha un punto di fumo – per semplificare la temperatura alla quale comincia a diventare cattivo – piuttosto basso, 130°. È saporito ma non troppo, o meglio il suo sapore in un piatto fa talmente parte del nostro



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.

Quattro doni:
un burro, un brodo, un impasto
e una tecnica di cottura

Quest'anno quattro amici mi hanno fatto quattro doni che ho molto ma molto apprezzato. Eccoli.

Il burro ieratico

In *Cuochi si diventa 1* ho parlato di una mia mania, come fare un soffritto perfetto (1). Questa mia mania vanta un record: nessuno, tra chi mi ha scritto mail e similari, se ne è mai lamentato, tutti l'hanno accettata come postulato, cioè come, così dice il Devoto-Oli, un principio la cui validità si ammetta a priori, che non necessita di dimostrazione. Condivide questo record con il vino senz'alcol (1). Ne sono orgoglioso e fiero.

Poi mi ha telefonato Eugenio Medagliani, calderaio umanista come dice lui, che a Milano possiede uno dei più forniti negozi di attrezzatura da cucina non d'Italia ma del mondo. Mi ha parlato del *beurre blanc*, che serve Oltralpe per profumare i pesci di fiume; ma è un'altra cosa. E mi ha suggerito questa preparazione. Burro ieratico è comunque un mio copyright. Se lo usate, citatemi, tanto non dovrete pagare royalty.

In sintesi è un burro chiarificato (1) cotto con cipolla. Grazie a questa cottura a bagnomaria, l'acqua del burro evapora e la caseina precipita. Resta "l'essenza" del burro, cioè la sola parte grassa, che si conserva senza problemi e che aven-

do un punto di fumo – che è la temperatura alla quale un grasso fuma, cosa che non deve mai fare – molto elevato permette delle cotture ottimali.

Il burro ieratico si fa così. Prendete 500 g di burro chiarificato, che è all'incirca il peso del burro chiarificato se si è cotto a bagnomaria 1 kg di burro, e cuocetelo a fuoco dolcissimo per 1 ora, con 250 g di cipolle, tagliate a fettine sottilissime. In alternativa potete usare 250 g di porri, ottima soluzione, o 250 g di scalogni, l'opzione che prediligo. Alla fine filtrate in un passino il burro, che si sarà scurito e saprà ovviamente di cipolla (o di porro o di scalogno) e gettate la cipolla, che avendo dato tutto il suo sapore al burro non ne avrà praticamente più. Lasciate intiepidire, passate in un barattolo e conservate in frigo. Dura a lungo, ma molto meno del burro chiarificato, voi fatelo 1 volta ogni 2 settimane e siete a cavallo.

Come usare questo burro ieratico? Usatelo al posto del burro in tutte le preparazioni in cui si richiede un soffritto di cipolle (☞ 1), praticamente il 90 per cento dei piatti italiani. Per finire, è fantastico per mantecare un risotto, aggiungetene 5 o 10 g a testa alla fine, senza naturalmente soffritto iniziale, che come tutti sanno crea un sacco di problemi al risotto. Così il risotto risulterà ben mantecato e profumato di cipolla (porro o scalogno) come si deve.

Il triplo brodo di verdure

Un regalo di mia sorella Cristina, una preparazione che ha scovato a San Francisco: un superbordo di verdure, che lei ha chiamato triplo perché le cotture sono tre.

Ecco come si fa. Mettete in una teglia 1 kg di cipolle sbucciate e tagliate in 4 parti, 500 g di carote mondiate e divise in 3 parti, gli spicchi non pelati di 1 testa di aglio e 2 cucchiaini di olio. Mescolate e passate in forno a 200° per 1 ora a caramellare, rimstando di tanto in tanto. E questa è la prima cottura. Trasferite le verdure in una casseruola, coprite con 4 litri di acqua oligominerale, portate a bollore e cuocete a fuoco dolcissimo per 1 ora, schiumando se necessario. Alla fine scolate tut-

te le verdure e gettatele. E questa è la seconda cottura. Mettete nella casseruola del brodo 600 g di carote mondate e tagliate a piccoli pezzi, 2 rape pelate e tagliate a fette, 2 coste di sedano, 200 g di daikon, 2 cm di radice di zenzero pelata, 1 pomodoro diviso in 4 parti, 2 foglie di alloro, 1 mazzetto di gambi di prezzemolo, 2 bacche di ginepro, 2 chiodi di garofano e pepe in grani quanto basta. Riportate a bollire e cuocete a fuoco dolcissimo per 1 ora. Poi scolate e filtrate. Ecco la terza cottura. Un brodo di verdure finalmente molto gustoso e saporito, provare per credere.

La ricetta originale, che non prevedeva pomodoro e odori, ma tradire un po' si deve sempre, diceva di aggiungere 250 g di pastinaca, la carota bianca degli inglesi, e 250 g di radice di burdock, che in italiano si chiama bardana ma anche lappa o lappola. È un'erba a radici grosse, con il fusto ricco di capolini sferici, quelli che per intenderci si attaccano a golf e cani. Non avendole trovate le ho sostituite, come visto sopra, con 100 g di carota in più, 1 rapa in più, 1 costa di sedano in più e il daikon. Mi resta solo il rimpianto di come sarebbe venuto con pastinaca e burdock.

La pasta con le mandorle

Un regalo di un'amica, Elizabeth, una ricetta che ha rintracciato in una vecchia rivista di cucina. È una gustosissima pasta fatta con grana e mandorle che di fatto può sostituire la pasta da *Strudel* (☞ 2), naturalmente nelle preparazioni salate, col vantaggio di essere più facile da fare – non ci vuole molto... È anche una versione casalinga della pasta phillo greca surgelata, che tanto amo.

Setacciate 130 g di farina 00 sulla spianatoia e mescolatela con 70 g di mandorle, pestate disperatamente fini, e 70 g di grana grattugiato molto fine. Cominciate a impastare e unite 1 uovo e 1 tuorlo, leggermente sbattuti, 1 cucchiaino di olio, 1 pizzico di sale e, poco per volta, 1 bicchierino circa di acqua tiepida, non di più. Lavorate per circa 10' sempre con le mani. Quando la consistenza dell'impasto sarà piuttosto elastica, avvolgetelo in uno strofinaccio inumidito. Scaldate sul

fuoco una casseruola e coprite con questa, rovesciata, l'impasto. La temperatura e l'umidità dell'ambiente dove riposa la pasta saranno perfette. Lasciate riposare sotto questa casseruola per 20'.

Successiva lavorazione. Tirate la pasta: iniziate col mattarello leggermente infarinato su una spianatoia infarinata. Mettete la sfoglia su uno strofinaccio infarinato e continuate a tirare con le mani, anche loro infarinate. Poi infilate le mani sotto la pasta e tiratela col dorso delle mani, in tutte le direzioni, ma senza mai romperla, fino a che sarà sottile e di forma rettangolare. Tagliate i bordi della pasta per darle una forma regolare. Farcitela con la farcia prescelta lasciando liberi i 2 cm esterni, arrotolate, chiudete bene, spennellate con un'emulsione di latte e grana grattugiato, fate dei tagli qua e là e cuocete in forno a 180° per 45'.

Ho anche provato a sostituire le mandorle con noci e noccioline e il risultato è stato più che soddisfacente.

La cottura del filetto con il sale

Franco Cazzamali di Romanengo, vicino a Crema, è uno dei grandi macellai della penisola. Un giorno, dopo che avevo comprato straordinari ganascini e filetti, mi (da oggi: ci) ha suggerito questa procedura per la cottura del filetto. Prendete una padella, meglio se antiaderente. Copritela con uno strato di 2 mm di sale grosso. Scaldatelo a fuoco vivace fino a quando il sale comincia a scoppiettare, non ci vorranno più di 5'. A questo punto adagiate il filetto, che deve essere alto circa 3 cm e fuori dal frigo almeno da 2 ore, e cuocetelo per 3', poi voltatelo e cuocetelo per altri 3'. Togliete, condite con poco olio extravergine d'oliva, ma molto buono, o con aceto balsamico e servite – state tranquilli, non sarà troppo salato, ma neanche dovrete aggiungere sale. La cottura avviene a temperatura altissima, ma il filetto non attacca. I liquidi emessi sono subito assorbiti dal sale, che è igroscopico. Ci saranno altre spiegazioni tecniche ma quello che conta è il risultato: fantastico. Provatelo.

Qualche procedura

Questo capitolo è la prosecuzione della mia Mania 3 di *Cuochi si diventa 1*, che inizia con l'amatissimo emulsionare e che va avanti con altre procedure e tecniche. D'accordo, nel corso del libro sono descritte spesso queste procedure, ma inevitabilmente in maniera sbrigativa. Riassumiamole qui all'inizio, per esteso. Naturalmente quelle più utilizzate, a farlo per tutte servirebbe un'enciclopedia...

✓ Avrei voluto mettere un rinvio (↪ 1) ogni qualvolta in una ricetta compariva una procedura. Ma questo avrebbe appesantito troppo la lettura. Non li ho messi. Per cui, quando trovate una procedura che non conoscete, cercatela negli indici.

Dissalare

Prima di poterli utilizzare, occorre eliminare al meglio possibile il sale da baccalà, acciughe, aringhe e altri pesci, capperi e tutti gli altri ingredienti conservati sotto sale. Lo si fa lasciandoli in infusione in acqua per un certo tempo, giorni e giorni per il baccalà e 10' per i capperi. Spesso si aggiunge all'acqua anche 1 parte di aceto, in genere bianco. Per le aringhe e per altri pesci si usa anche birra o latte. Dissalati, questi ingredienti restano inevitabilmente salati, tenetene conto quando leggete la frase: *regolate di sale*.

Friggere e scolare

Una precisazione su come si frigge una verdura, ma lo stesso vale per tutto quanto si frigge. Il fritto va fatto in abbon-



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.

Mondare i carciofi

Riempite una ciotola di acqua corrente e aromatizzatela con 1 limone spremuto, mettendo nell'acqua anche le 2 metà del limone. Prendete il vostro carciofo. Cominciate a tagliare circa 1 cm del gambo, nerastro e raggrinzito. Poi paregiate la testa per eliminare le spine, ma paregiate anche se il carciofo è senza spine. Cominciate a eliminare le brattee, chiamate da tutti foglie, più esterne, dure e amare, una a una. Quante, è difficile da dire, dipende dal carciofo e da quanto tempo è stato raccolto, nel dubbio è però prudente eliminare in abbondanza: si può arrivare a volte al punto di eliminare tutte le foglie. Restano solo i fondi dei carciofi! Separate il gambo e mettetelo nell'acqua acidulata. Dividete i carciofi in 4 parti per il lungo, salvo che la ricetta li preveda interi, e passateli nell'acqua acidulata. Poi tirateli fuori spicchio a spicchio e incideteli dal lato centrale con un coltellino per eliminare le eventuali pelurie dure, dette barbe o fieno. Rimetteteli nell'acqua – a spicchi o tagliati a fettine secondo ricetta – e li lasciateli fino a quando li userete. Quanto ai gambi, sono buonissimi, scolateli, pelateli col pelapatate e poi tagliateli a julienne fine e rimetteteli nell'acqua. Questa acqua acidulata fa sì che non anneriscano. Infine se dovete fare una salsa di carciofi ma ne siete un po' a corto per incauto acquisto, sbollentate le bucce dure per 10', brasatele per 10' e poi con un coltellino recuperate la ciccia interna delle foglie, per nulla amara.

Mondare i cardi

Dei meravigliosi cardi si devono eliminare le radici, le costole più esterne che sono dure e vuote, veramente impossibili da utilizzare, e le foglie centrali. Le altre costole, tagliatele a pezzi lunghi circa 20 cm e poi rimuovete i filamenti fibrosi dei dorsi. Io li taglio lungo tutta la costola con un coltellino straaffilato, la tradizione dice di prenderli, all'altezza del taglio, fra coltello e pollice e di sfilarli. Scegliete voi. Per evitare che anneriscano, passateli subito in acqua acidulata con il succo di 1 limone. Poi fateli preventivamente cuocere

per 1 ora, più o meno, dipende dalla successiva cottura, in acqua salata a cui avrete aggiunto il succo di 1 limone e 2 cucchiaini colmi di farina. Poi procedete.

Mondare le carote

Tutti le pelano col pelapatate. Ma dato che la buccia e la parte sottostante sono le più saporite e ricche di virtù salvifiche, meglio lasciarle a bagno a lungo, se c'è il tempo, poi lavarle e sfregarle sotto acqua corrente ed eliminare quanto non piace con un coltellino. Poi procedete.

Spurgare i cetrioli

Contrariamente alle melanzane, è necessario spurgare i cetrioli più grossi; quelli piccoli, con i semini poco sviluppati, non lo richiedono e si possono consumare così come sono. Per quelli più grossi, pelateli e tagliateli a fettine il più sottili possibile. Mettete un primo strato di fettine in un colapasta, spolverizzate con sale, poi un altro strato e altro sale e così via. Sopra l'ultimo strato mettete un piatto, ben premuto con un peso. Trasferite il colapasta in un lavello, o su una bacinella che raccolga lo spurgo, dove lo lascerete per 1 ora. Alla fine sciacquate bene e asciugate altrettanto bene. Poi procedete. Se i cetrioli sono veramente grossi, pelateli, tagliateli in 4 per il lungo e con un coltello eliminate tutti i semi. Non serve spurgare, ma prima di utilizzarli sbollentateli per 2'. Resteranno lo stesso molto saporiti.

Mondare le cipolle

Ricordatevi di pelarle e di tagliarle sempre con un coltello di ceramica, che non le fa ossidare. Una sola precisazione: se proprio non amate il sapore della cipolla, cosa che capita per overdose di cipolle mal soffritte, quindi capita spesso, lasciate a mollo in acqua fresca le fettine di cipolle per 30' o anche per 1 ora. Poi scolatele e proseguite.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.

gliateli a faldine ed eliminate semi e costole. Potete anche passarli in forno o, infilzati su una forchetta, cuocerli direttamente alla fiamma.

Pelare i pomodori

Questa frase compare sempre – ed è giusto che sia così, fra il prodotto industriale e quello fresco non c'è paragone. Portate a bollore una pentola con abbondante acqua. Quando bolle spegnete e gettate i pomodori. Lasciateli a mollo per 3', poi scolateli e metteteli in un piatto. Lasciate intiepidire, se avete fretta passandoli sotto acqua corrente. Metteteli su un tagliere, eliminate l'eventuale picciolo e divideteli in 4 spicchi. Prendeteli in mano e con un coltello eliminate la pelle, verrà via quasi da sola. Poi girate lo spicchio e incidendo con un coltello eliminate la costa bianca e i semi. Passateli sotto acqua corrente e con il manico di un cucchiaino andate a caccia dei semi residui. Fateli asciugare su carta assorbente da cucina poi spezzettateli o tritateli.

Mondare i pomodorini

Prendete i pomodorini, lavateli e divideteli a metà. Metteteli su carta assorbente da cucina con la faccia tagliata verso il basso, premete leggermente con un pollice, o altro dito a piacere, e lasciateli spurgare. Prendeteli uno a uno, anzi mezzo a mezzo, e con il manico di un cucchiaino, sotto acqua corrente, andate a caccia dei semi residui. Fateli asciugare su carta assorbente da cucina.

Il prezzemolo tritato

Di questo abbiamo già parlato (☞ 1).

Mondare il sedano

Come per i cardi (☞ 2), bisogna eliminare le costole esterne più dure, la radice e le foglie centrali. Sempre come per i cardi, sarebbe bene eliminare i filamenti fibrosi dei dorsi. Non lo fa nessuno – nemmeno io. Peccato comunque.

Pulire i funghi freschi

O meglio come non si puliscono: con l'acqua. Ne soffrirebbero. La sola acqua che non li offende è quella piovana, nel sottobosco. Quindi procedete tagliando la base dei gambi, piena di terra. Poi proseguite utilizzando solo tre utensili: un coltellino col quale inciderete ove togliere, uno spazzolino da denti duro, col quale gratterete ove grattare, ma tenetelo solo per funghi e tartufi, e una pezzuola con la quale strofinerete ove strofinare. Un po' di pazienza e il gioco è fatto. Unica eccezione gli onnipresenti champignon, che molti snobbano ma non io, che si possono lavare sotto acqua corrente, non è che gli faccia benissimo, ma neanche più di tanto male.

Mettere a mollo funghi e frutta secca

Di questo abbiamo già parlato (☞ 1). Peraltro mentre i funghi vanno sempre messi a mollo, la frutta secca, spesso l'uvetta, molto più spesso albicocche e prugne, vengono proposte in buste sottovuoto dove il prodotto è abbastanza umido. In questo caso è inutile l'ammollo. Vedete voi, con buon senso – senza questa virtù fare buona cucina è impossibile.

Pelare al vivo gli agrumi

Anche per loro semplice cosa, ma... lo scopo finale è quello di eliminare il bianco, amarissimo, e di salvare la polpa ma anche la buccia, che si chiama zest, profumata e deliziosa – ovviamente se le arance non sono trattate. Qui avete bisogno di un coltellino veramente affilato. Tagliate la calotta superiore e inferiore dell'agrume. Appoggiate uno dei 2 lati piatti sul tagliere e tagliate, a spicchi, tutta la buccia fino al bianco. Poi sempre con il coltellino tornite la base, dove sarà rimasto molto bianco. Indi tagliate l'agrume come richiesto, al limite eliminando anche la pellicina che c'è fra spicchio e spicchio, che è amara, pochissimo ma amara. Quanto allo zest, prendete gli agrumi interi e con un coltellino, o con il pelabuccia apposito, separate il bianco dal giallo o arancio. Quel poco di bianco che resterà attaccato grattatelo sempre col coltellino. Se dovete sia pelarli al vivo sia recuperare lo zest, per prima cosa recuperate lo zest.

Tagliare a dadi una mela

La cosa più semplice del mondo, ma... Pelate la mela, dividetela in 4 ed eliminate il torsolo. Tagliate la polpa a fettine o a dadini e passateli subito, per evitare che anneriscano, in acqua acidulata con il succo di 1 limone, dove li terrete fino a quando li userete. Per la pera seguite la stessa procedura, così come per il resto della frutta: un passaggio in acqua acidulata non fa mai male.

Mondare e aprire le cozze e le vongole

Per le cozze, si inizia sciacquando bene i gusci sotto acqua corrente, meglio sarebbe spazzolarli per eliminare le incrostazioni. Poi si strappa il bisso, detto anche barbe, la peluria che fuoriesce. Si mettono in una casseruola piatta, si aggiunge 1 filo di acqua o di vino, si incoperchia e si cuoce a fuoco allegro per 3-4' circa. Si spegne, si lascia intiepidire, si eliminano i gusci e si filtra il fondo, un brodino saporitissimo, non gettatelo mai. Per quanto riguarda le vongole, sempre piene di sabbia, lasciatele a mollo in acqua salata per almeno 6 ore – ma se sono di più è meglio – a spurgare. Poi procedete come per le cozze, ma filtrate il fondo in una pezzuola fine, se no vi ritroverete sotto i denti la sabbia.

Il basilico spezzettato

Una sola avvertenza: il basilico teme l'acqua come un vampiro teme la luce del sole – o i paletti di legno? Boh. Quindi o ve ne fregate e lo usate così com'è (io faccio così) o lo pulite con una pezzuola, strofinandolo delicatamente. Poi, con le mani, lo spezzettate, se previsto dalla ricetta.

P.S. La scoperta dell'acqua calda

Rileggendo le bozze di questo libro, noto quante volte dico: aggiungete acqua bollente. Dotarsi di un efficiente bollitore è proprio un bell'investimento.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.

Black russian

Versate poco più di 2 parti di vodka e 1 di kalhúa in un tumbler (bicchiere senza stelo, quadrato o tondo) basso con ghiaccio a cubetti e mescolate delicatamente con un cucchiaino. Al posto del caffè.

Blue lagoon

Versate in uno shaker con alcuni cubetti di ghiaccio 1 parte di vodka, mezza parte di curaçao blu e 1 cucchiaino di succo filtrato di limone. Agitate velocemente e servite senza cubetti in una coppa da cocktail fredda.

Bronx

Versate in uno shaker con alcuni cubetti di ghiaccio 1 parte di gin, mezza parte di vermut dry, mezza parte di vermut rosso e mezza parte di succo d'arancia. Agitate velocemente e servite senza cubetti in una coppa da cocktail fredda.

Caipiriña

Mettete in un tumbler (bicchiere senza stelo, quadrato o tondo) basso 1 lime ben lavato e tagliato a fettine, irrorate con 1 filo di sciroppo di zucchero e pestate con un piccolo pestello di legno, si trovano ovunque, alla disperata. Riempite il bicchiere con ghiaccio tritato, coprite quasi a filo con cachaça, il rum brasiliano, e mescolate bene. Il ghiaccio, sciogliendosi, allungherà in parte questo mitico cocktail.

Caipiroska

Procedete come per la caipiriña (15-2) ma unendo della vodka al posto della cachaça.

Champagne cocktail

Adagiate in una sontuosa coppa 1 zolletta di zucchero imbevuta di 1 goccia di angostura. Versate 1 decimo di parte di cognac o brandy e poi, lentamente, 1 parte di champagne o di spumante, ma sempre di qualità, ovverosia rifermentato in bottiglia. Decorate con mezza fetta d'arancia e 1 ciliegina.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.

Politicamente scorretto: i piatti afrodisiaci

Esistono piatti afrodisiaci? No, dicono la saggia ragione e un'infinità di dotti studiosi, non esiste in alcun cibo alcun principio attivo che possa sostituire il Viagra – e qui ricado nello scontato stereotipo che definisce afrodisiaco qualcosa che aumenta la potenza sessuale maschile mentre in realtà è in gioco il reciproco desiderio sessuale, concetto peraltro più impalpabile e meno misurabile. Fin qui, più politicamente corretti di così non si può.

Sì, dice una lunga tradizione e il buon senso, che quando si vuole sedurre il partner “si sa” che certe preparazioni funzionano mentre altre, anche se eseguite alla grande, no.

Alla fine, diciamoci la verità: dato che tutti noi riconosciamo come afrodisiaci certi specifici ingredienti, trovarseli davanti uno dopo l'altro tutti insieme è una specie di netta, precisa e un po' sfrontata dichiarazione di interesse, molto più facile da predisporre di un circostanziato discorso più o meno allusivo. Non sempre le parole sono il più efficace mezzo di comunicazione.

Quindi, se volete sedurre qualcuno, sotto con tutti gli ingredienti che la vox populi definisce afrodisiaci.

Da bere Champagne, senza alcun dubbio; esistono degli spumanti italiani altrettanto buoni, ma nel dubbio meglio puntare su “*le seul vin qui rend les femmes belles même après qu'elles l'ont bu*” – Madame de Pompadour dixit, non è necessa-



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.

raffreddare. Tagliatelo a dadi, guarnite con polpo bollito e tagliato a fettine e irrorate con poco olio.

Rondella di daikon candito con *mousse* di *tofu* al curry

Strofinare le rondelle di daikon con sale e zucchero e bollitele in poca acqua. Scolatele e glassatele con acqua ed estratto di carne. Condite con *tofu* (15 2) tagliato a dadini, saltato in padella con poco olio, frullato ed emulsionato con salsa al curry (15 1).

Rösti di patate con *guacamole* al peperoncino

Frullate la polpa di 1 avocado e mescolatela con 1 peperoncino verde tagliato a julienne finissima. Cuocete dei *Rösti* già pronti, si trovano nei migliori supermercati, lasciateli raffreddare e spalmateli con la crema.

Spiedino di anguilla in agrodolce e sesamo

Riducete a metà in un pentolino aceto di mele e zucchero. Spennellate delle anguille affumicate con questa glassa e spolverate con semi di sesamo leggermente tostati. Servitele su spiedini alternati a cubetti di pane tostato.

Spiedino di branzino e pancetta tesa

Marinate il branzino in olio e paprika. Rosolate in padella la pancetta. Mettete su spiedini fettine di branzino scolate e asciugate, quadrotti di pancetta e dadini di pane tostato, alternandoli.

Sushi di carpaccio di manzo

Tagliate del sedano a metà per il lungo, tagliatelo poi a bastoncini di circa 8 cm e cuocetelo a vapore per 2'. Arrotolate delle fettine di carne cruda sui bastoncini di sedano, lasciandolo libero nei 2 ultimi cm e fate marinare in sale, pepe, olio e limone. Impugnate dal lato privo di carne e gustate.

Sushi di risone con olive e sgombro marinato

Cuocete a risotto sodo la pasta risone, condite con olive



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.

ripieno. Salumi, pesci affumicati, carne arrosto o bollita e chi più ne immagina più ne metta, tutti tagliati a fettine sottili: fra i più canonici, insalata di pollo (☞ 2), carne arrosto e gamberetti cotti a vapore. Poi si chiude con la seconda fetta, spalmata da ambedue i lati. Si mette un secondo ripieno, uguale o diverso a piacere (ma non mescolate arrosto di maiale e gamberetti...), si copre di pomodori tagliati a fette e si chiude con una terza fetta, spalmata naturalmente solo sul lato che va a combaciare. Che la prima fetta sia guarnita di lattuga e la seconda di pomodori è piuttosto canonico. Meglio proporlo su un piatto e gustarlo utilizzando coltello e forchetta: non è un *finger food*, è pericoloso mangiarlo in piedi, si sbriciola e traccima troppo facilmente.

Insalata di uova sode

Cuocete delle uova sode (☞ 1), fermate la cottura sotto l'acqua e sgusciatele. Tagliatele a spicchi, mettetele in una larga ciotola sopra un letto di insalata e guarnite con le salse (☞ 1) e (☞ 2) che più vi aggradano. Alla fine spolverizzate di sale e spruzzate con poco olio. Non mescolatele, si disfarebbero troppo.

Insalata di frittata

Fate delle frittate (☞ 1) a piacere ma sottili. Lasciatele raffreddare e tagliatele a listarelle. Mescolatele in una larga ciotola con insalate varie, verdure crude e cotte tagliate a julienne e quello che più vi aggrada. Condite con prodigalità e servite.

Cocktail di gamberi o di scampi

Fatto bene è buono, fatto banalmente, come nel 99 e rotti per cento dei ristoranti che lo propongono, è orrido. Fate-lo bene.

In una ciotola mettetete, a testa, 2 cucchiaini di maionese a macchina (☞ 1), un po' di ketchup, 1 schizzo di salsa Worcester, poca paprika, 1 schizzo di panna liquida, 1 schizzo di Cognac e mescolate delicatamente con un cucchiaino di legno.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.

2 cucchiai d'olio con 2 spicchi d'aglio e 1 manciata di foglie di menta tritate, sale e pepe. Unite 150 g di riso a grana lunga lessato (il patna va benissimo) e 1 manciata di mandorle tritate grossolanamente e lasciate insaporire per qualche istante. Farcite le zucchine con il composto, disponetele in una pirofila unta d'olio e passate in forno a 200° per 5'. Emulsionate 5 cucchiai d'olio con 3 cucchiai di succo di limone e 1 pizzico di peperoncino e versate la salsina sulle zucchine.

Polpettone

Per 6. Bagnate 50 g di mollica di pane in 1,5 dl di latte, strizdatela e mescolatela a 100 g di prosciutto crudo tritato e a 200 g di fesa di vitello macinata, 200 di fesa di tacchino macinata e 200 di lonza di maiale macinata. Arricchite con 1 ciuffo di prezzemolo, 1 rametto di maggiorana e qualche foglia di salvia tritati, 1 uovo e 1 tuorlo e 50 g di parmigiano grattugiato. Impastate bene, salate, pepate e formate un polpettone. Avvolgetelo in un telo e legatelo alle estremità e al centro con spago da cucina. Mettetelo in una pentola piena d'acqua fredda leggermente salata e lessatelo per 40' dal momento dell'ebollizione, facendo attenzione che l'acqua resti sempre a bollore leggero. Lasciatelo intiepidire nell'acqua, scolatelo e liberatelo dal telo. Quando è freddo, affettatelo e servitelo con 2 uova sode (1.5.1) frullate con 6 cucchiai di olio, 3 cucchiai di aceto balsamico, 6 carciofini sott'olio, 1 spicchio d'aglio e 1 pizzico di sale. In alternativa, accompagnatelo con un *chutney* (1.5.1) di verdure o con la salsa (1.5.1) e (1.5.2) da carne che più vi aggrada.

Gattò

Un piatto mitico, una gloria napoletana.

Per 6. Lessate 1,5 kg di patate, sbucciatele e passatele 2 volte al passaverdura con i buchi piccoli. Impastatele e lavoratele per renderle filanti. Poi unite 100 g di burro, 100 g di grana grattugiato, 50 g di pecorino grattugiato, 100 g di prosciutto cotto tritato, 4 tuorli e 2 albumi montati a neve,



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.

Mania dell'autore 1: le ostriche cotte

Mi sento un po' solo quando difendo le ostriche cotte: tutti ma proprio tutti dicono, e me l'hanno scritto molti lettori, che comunque crude sono un'altra cosa. Pazienza. Minoranze di tutto il mondo, unitevi.

Per le prime tre ricette, fatene a testa quante il vostro pancino ne regge, da 4 a 99, non di più perché porta male.

Ostriche fritte

Aprite le ostriche a caldo (☞ 1). Immergetele nel latte, sgocciolatele bene, infarinatetele e scrollate l'eccesso di farina. Friggetele in abbondante olio di semi di arachide caldo per 3', scolatetele, passatele su carta assorbente e salatele. Spruzzatele con succo di limone emulsionato con salsa Worcester e Tabasco prima di gustarle.

Angeli a cavallo

Si chiama proprio così, ignoro il perché. Aprite le ostriche a caldo (☞ 1). Avvolgete ogni mollusco con 1 fetta di bacon. Infilateli a 6 a 6 su spiedini, che farete grigliare a fuoco dolce per 3'. Spolverizzate con pepe e servite su un letto di insalatina condita.

Ostriche in besciamella

Aprite le ostriche a caldo (☞ 1), estraete il mollusco e raccogliete l'acqua interna. Fate una pseudobesciamella (☞ 1)



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.

tostato, o in alternativa pane vecchio messo a mollo nel latte e poi strizzato, contribuisce a non farle sbriciolare durante la cottura, incubo ricorrente di tutti. Al di là di questi ingredienti, che potremmo definire canonici, si possono aromatizzare virtualmente con tutto.

Le polpette di pesce partono di solito da pesce crudo. Si fanno nella stessa maniera di quelle di carne, ma poi hanno un tempo di cottura più limitato. Consiglio sempre di aggiungere del riso lessato, l'accoppiata pesce e riso è vincente. Poi aromatizzate.

Per le polpette di verdure, idem come sopra. Occorre però partire da verdure cotte, non crude. Consiglio di cuocerle a vapore, poi sminuzzarle e procedere.

Un'ultima nota: per la cottura ottimale delle polpette, lo spessore deve essere il più costante possibile, indipendentemente dalla cottura scelta. Quindi niente sfere ma sfere schiacciate fino a uno spessore di circa 3 cm, non di più.

Si cuociono in mille modi. Passate nell'uovo, infarinate e fritte vanno benissimo. Alla griglia sono splendide. In brodo pure. Ma anche in umido. Annegatele in una salsa di pomodoro (e 1) e farete felici tutti.

Dare qui delle ricette è vano. Ma nel corso del libro ne troverete parecchie.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.

glietele e tenetele in caldo. Nella padella unite 2 dl di panna, 1 punta di senape, i funghi trifolati e 2 cucchiainate di brodo universale (☞ 1) e cuocete per 2'. Servite le animelle nappate con la salsa e spolverizzate con prezzemolo tritato.

Consommé di cappone con pasta al sacco

Il giorno prima. Mettete 1 cappone pulito in acqua fredda e aromatizzate con 1 cipolla picchettata con 2 chiodi di garofano, 1 carota, 1 gambo di sedano, 1 foglia di alloro, qualche ciuffo di prezzemolo e pepe in grani. Portate a bollore e lasciate sobbollire per 2 ore, schiumando e sgrassando. Alla fine togliete il cappone, filtrate il brodo, lasciatelo raffreddare e mettetelo in frigorifero per 1 notte, in modo da eliminare poi con facilità tutto il grasso. Il cappone conservatelo sempre in frigorifero coperto con parte del suo brodo. Il giorno dopo impastate 300 g di farina con 2 uova, 50 g di grana grattugiato, 50 g di mortadella tritata e regolate di sale, pepe e noce moscata. Mettete quest'impasto in uno strofinaccio pulito, legatelo bene e fatelo cuocere nel brodo sobbollente per 3 ore. Alla fine togliete l'impasto dallo strofinaccio, tagliatelo a dadi, rimettetelo nel brodo e regolate di sale. È un piatto poderoso.

✓ Se volete strafare, chiarificate il brodo. Dopo la notte in frigorifero e dopo averlo sgrassato, unite al brodo 3 albumi leggermente sbattuti. Portatelo a bollore, mescolando, e lasciatelo sobbollire per 40'. Togliete dal fuoco e filtrate con una mussola bagnata. Così avrete un brodo molto limpido.

Cappone bollito con bagnetto verde

Servite il cappone che avete utilizzato per il consommé di cappone (☞ 2), riscaldato nel brodo nel quale l'avete conservato e guarnito con salsa verde (☞ 1).

Brasato al Barolo con cipolline in agrodolce

Preparate un brasato al Barolo (☞ 1) e guarnitelo con cipolline glassate ricche (☞ 1).



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.

LA FESTA ALLE ERBE DI GIULIA E GUIDO

Delicata e perfetta.

In primo luogo, un grande piattone colmo di ottimo **culatello**.

Frittata di bruscandoli

Sbollentate a vapore 400 g di bruscandoli per 10', per ammorbidirli. Poi tagliateli a pezzetti e saltateli per pochi minuti in una padella con 1 noce di burro e 1 spicchio di aglio. Regolate di sale, eliminate l'aglio e lasciate intiepidire. Sbattete 6 uova, unite 50 g di parmigiano finemente grattugiato e regolate di sale. Mescolate i bruscandoli alle uova. Scaldate abbondante burro in una larga casseruola e quando è ben caldo versate le uova e cuocete per pochi minuti. Girate e completate la cottura. Servitela tiepida.

Linguine al limone

Fate un ricco trito con maggiorana, timo, menta, aghi di rosmarino, salvia e altre erbe di stagione. Tagliate 2 porri in 2 per il lungo, lasciando anche parte del verde, poi a fettine. Fatele rosolare in 1 abbondante noce di burro, poi portate a cottura unendo poca acqua bollente. Spremete 1 limone e tagliate il giallo a fettine sottili. Cuocete 320 g di linguine al dente, scolatele, gettatele nella casseruola dei porri e unite anche 1 bicchiere di acqua di cottura delle linguine, abbondante burro, il giallo del limone tagliato a julienne, il succo di limone e le erbe tritate. Saltate per 2', versate in una zuppiera e condite con abbondante parmigiano grattugiato. Mescolate bene e servite.

Rombo con patate e topinambur

Pelate e tagliate a fettine sottili 150 g di patate, possibilmente rosse, e 150 g di topinambur – e se non li usate subito passateli in acqua acidulata con il succo di 1 limone per evitare che anneriscano. Ungete una teglia con burro e



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.

aver levato alloro e chiodo di garofano. Cospargete con prezzemolo tritato e servite con parmigiano grattugiato.

Budino del deserto

Tostate leggermente 150 g di farina di miglio senza olio in un pentolino antiaderente, poi unitevi poco per volta 5 dl di succo di mela, la polpa di 1 mela e un po' di scorza di limone grattugiata. Cuocete per 20' unendo poca acqua bollente. Lasciate intiepidire e mescolate 200 g di datteri freschi denocciolati e tagliati a pezzetti. Versate il budino in singole coppette e mettetele a raffreddare in frigorifero per qualche ora.

LA FESTA AL TONNO DELLE VOLPINE

Due sorelle ghiotte, garbate e gentili.

Insalata sfiziosa di ventresca

Dividete a metà dei pomodorini e metteteli su un doppio foglio di carta da cucina, col taglio in basso, a scolare acqua. Schiacciate leggermente, aspettate 10' poi sciacquateli, eliminando al meglio i semi con il manico di un cucchiaino, e lasciateli asciugare. Bollite delle patate, mettetele in acqua per 20', poi scolatele e asciugatele. Mescolate in una ciotola ventresca (☞ 2) casalinga ben scolata con le patate tagliate a fette, i pomodorini, il cipollotto tagliato a fettine, olive taggiasche denocciolate e capperi. Condite con un'emulsione di olio, poco lime e sale e servitela su un'insalatina di stagione.

Tartare di tonno e salmone

Procedete come per la *tartare* di pesce (☞ 1) usando metà tonno e metà salmone selvaggio. Alla fine condite la *tartare* con un'emulsione di olio, lime spremuto e filtrato, poca salsa di soia, sale e pepe. Mettete sul piatto 1 mestolino di *guacamole* (☞ 2), distribuitelo, mettetelo sopra la *tartare* e in cima 1 cucchiaino di panna acida (☞ 1).



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.

Grazie ancora, per tutto.

Mousse di trota affumicata all'austriaca

Sodate ☞ 1) 2 uova. Dividetele in 2 parti e recuperate i tuorli, che passerete al setaccio. Tritate fine 1 trota affumicata e impastatela con i tuorli, 3 cucchiaini abbondanti di panna leggermente montata e poco aceto; regolate di sale e pepe. Riempite le mezze uova con questo impasto. Servitele su un letto di insalata di stagione e guarnite con 1 cucchiaino di uova di trota (se le avete trovate, altrimenti pazienza) e il rafano tagliato a scaglie.

Prosciutto di cervo al grattacul

Tagliate molto sottile il prosciutto di cervo e guarnitelo con marmellata di rosa canina, detta anche grattacul.

Cosce di pollo impanate all'austriaca

Disossate 4 cosce di pollo senza pelle (o meglio, fatelo fare al macellaio) e battetele leggermente. Passatele nella farina, poi nell'uovo leggermente sbattuto, quindi nel pangrattato. Friggetele in abbondante olio di semi di arachide, scolatele e tamponatele su carta da cucina. Intanto lessate 4 patate e pelate 2 cetrioli. Sbucciate le patate, tagliatele a fette sottili e mescolatele con i cetrioli tagliati anche loro a fettine. Fate una *vinaigrette* con olio di semi, aceto di mele, pepe e sale. Mettete nel piatto da portata l'insalata di patate e cetrioli, condite con la *vinaigrette* e aggiungete le cosce fritte.

Tafelspitz

Bollite 600 g di girello di manzo tagliato in 4 fette per 1 ora e mezza, con 1 cipolla, 1 carota, 1 gambo di sedano, 1 manciatina di grani di pepe e poco sale. Toglietele, lasciatele raffreddare e tagliatele a fettine sottili. Fate una *vinaigrette* con olio di semi di zucca (tassativo!), aceto di mele, sale e pepe e ravanelli tagliati a piccoli dadini; emulsionate bene con una frusta. Guarnite la carne con la *vinaigrette*.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.

LA FESTA YIDDISH DI TUVIA (E DI STEFFI)

Ma, come si evince dalle ricette, fuori ci devono essere almeno 20° sottozero, branchi di lupi ululanti che assediano la casa e il riscaldamento non deve funzionare troppo bene. Fatti salvi questi prerequisiti, è un pasto memorabile.

Per cominciare, **insalata di aringhe, patate e cipolle rosse** (עס 2).

Gefillte fish

È la famosa carpa ripiena di carpa, simile alla carpa all'ebraica (עס 1) ma più complessa. Un piatto molto particolare, molto. A mio parere è una delle cause non ultime che spiegano l'antisemitismo di tedeschi, polacchi e russi: chi lo ama svisceratamente non può che essere "altro", quasi alieno, qualunque cosa ciò voglia dire. Ma è solo un mio parere. Servitela con buona vodka, ma fresca da frigorifero, non da freezer, dal freezer esce talmente fredda da non avere più sapore.

Prendete 1 carpa da 1,5 kg e svuotatela. Prendete 1 carpa da 500 g, svuotatela e tritatela finissimamente, ossa comprese – quindi molto finissimamente. Tritate 1 cipolla e 2 carote e mescolatele alla carpa tritata; legate con 2 uova, poco zucchero, sale, pepe e pangrattato. Farcite la carpa grossa con questa farcia poi tagliatela a fette di 3 cm. Mettete in una casseruola 1 cipolla e 2 carote tagliate a fette, coprite a filo di acqua, unite le fette di carpa, profumate con 1 cucchiaino di zucchero, sale e pepe e portate a bollore. Lasciate sobbollire per 1 ora e mezza, semicoperto. Alla fine scolate le fette, mettetle in una ciotola piatta, coprite con il fondo passato e lasciate raffreddare: il fondo dovrà diventare gelatina. Accompagnate con *chrein* (עס 2).

Chrein

Questa salsa accompagna il *gefillte fish* (עס 2). Occhio, è proprio forte.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.

Pane azzimo

Per 4 panetti. Farina g 250 + qualcosa per infarinare

Mettete in una ciotola la farina e unite 1 bicchierino di acqua tiepida. Impastate aggiungendo poco per volta altra acqua in modo da ottenere un composto morbido ed elastico. Riducete l'impasto a palla schiacciata e lasciatelo riposare per 30'. Dividetelo in 4 pezzi, infarinateli e stendeteli con un matterello fino a formare 4 dischi che lascerete riposare per 15'. Scaldate una padella antiaderente e disponetevi sopra un disco: non appena accennano a formarsi macchie o bolle, voltatelo e proseguite la cottura per altrettanto tempo. Fate lo stesso con gli altri dischi.

Pane ai cereali

Per 8 filoncini. Farina di cereali g 500, olio cl 2, lievito di birra g 25, zucchero, sale

Stemperate il lievito in 1 dl di acqua tiepida, unite 1 pizzico di zucchero e lasciate riposare per 10'. Versate la farina a fontana in una ciotola, unite il lievito, l'olio e 1 pizzico di sale. Impastate bene, unendo poco per volta 1,5 dl di acqua, coprite e lasciate lievitare per 1 ora. Formate 8 filoncini, coprite e lasciate lievitare per 30'. Incidete i filoncini con qualche taglio obliquo e cuoceteli in forno a 220° per 50'.

Pane al cumino

Per 8 filoncini. Farina di segale g 500, lievito di birra g 25, zucchero g 30, zucchero caramellato g 25, semi di cumino g 15, crusca, 1 uovo, zucchero, sale

Stemperate il lievito in 1 dl di acqua tiepida, unite 1 pizzico di zucchero e lasciate riposare per 10'. In una ciotola unite la farina di segale, il lievito, 1 cucchiaino di sale, i semi di cumino e impastate, unendo poco per volta 1,5 dl di acqua. In una casseruola fate sciogliere lo zucchero caramellato con poca acqua, aggiungetelo all'impasto e continuate a lavorar-



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.

chetti di burro a temperatura ambiente o strutto. Impastate con le mani per 10' fino a ottenere un composto liscio e omogeneo. Passatelo in una ciotola infarinata, coprite la ciotola con un canovaccio e lasciate lievitare per 1 ora in un luogo tiepido. Lavoratelo ancora bene, poi mettetelo in uno stampo rettangolare unto con poco burro e lasciatelo lievitare per altri 30'. Spennellatelo con l'uovo sbattuto e cuocete in forno a 210° per 1 ora.

Pane con l'uvetta

Per 20 panini. Farina g 500 + qualcosa per infarinare, uvetta g 150, lievito di birra g 25, burro g 50, zucchero, sale

Stemperate il lievito in 1 dl di acqua tiepida, unite 1 pizzico di zucchero e lasciate riposare per 10'. Versate la farina a fontana in una ciotola, aggiungete nel centro il lievito e 1 cucchiaino di sale e impastate, unendo poco per volta 1,5 dl di acqua. Coprite e lasciate riposare per 1 ora. Mettete a mollo l'uvetta in acqua tiepida per 30', poi scolatela e strizzatela. In una ciotola infarinata impastate la pasta di pane con l'uvetta, 1 cucchiaio di zucchero e il burro a temperatura ambiente. Impastate bene. Riducete l'impasto a palla schiacciata, mettetelo in una ciotola, copritelo con un canovaccio e fatelo lievitare per 30' nel forno spento e precedentemente appena scaldato. Dividete l'impasto in 20 panini, disponeteli sulla placca del forno unta con poco burro e cuocete in forno a 250° per 10'. Abbassate la temperatura a 200° e cuocete per altri 20'.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.

Le salse

Ancora qualche gustosa salsa. Le dosi sono indicative, in linea di massima sono per 4 persone.

Ailloli

Pestate in un mortaio 8 spicchi d'aglio fresco fino a ridurli in pasta. Unite 1 tuorlo continuando a mescolare con un cucchiaino di legno. Regolate di sale e pepe e versate a filo, senza mai smettere di mescolare e con buon polso, circa 2,5 dl di olio. Quando la salsa sarà liscia e densa unite, sempre mescolando, il succo filtrato di mezzo limone. Muore sui pesci, sulle verdure bollite e su tutto.

Guacamole

Dividete a metà 1 avocado, levate il nocciolo, svuotatelo della polpa e mettetela in una ciotola, irrorandola subito con il succo di 1 lime. Lavorate la polpa con una forchetta mescolando, o forse meglio dire impastando, con 1 cipollotto tritato, 1 peperoncino tritato, 1 pomodoro sbollentato, pelato, privato dei semi e tritato e poco coriandolo fresco tritato. Servitelo su bruschette o quale accompagnamento di molte preparazioni, se volete spolverizzato con pepe di Cayenna.

Poivrade

Prendete 500 g di ritagli e avanzi di carne o di selvaggina, si fa soprattutto con quest'ultima, spezzettateli, rosolateli in



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.

Si fa ma non si dice: la salsa di pesce

La domanda potrebbe essere: diventerà mai di moda in Italia la salsa di pesce? Ma sarebbe sbagliata. La versione giusta è: tornerà mai di moda la salsa di pesce? Perché i ricettari sopravvissuti e tutti i documenti degli antichi romani certificano una cosa: quanto questi fossero ghiotti di *garum*, una salsa a base di viscere di pesce, soprattutto acciughe, fermentate – lo so, detto così fa un po' impressione, ma così è. La mettevano veramente dovunque. Solo uno schizzo, sia chiaro, di più avrebbe annientato qualsiasi piatto, ma se usata con moderazione, e questo vale per tutte le spezie e i sapori forti, lo esaltava – o perlomeno i romani erano convinti che lo facesse. Come in tutte le cose che sembrano bizzarre, c'è sempre una base scientifica: il *garum* costava niente ed era ricco di vitamina B 12, quella che aiuta la formazione dei globuli rossi, e di altre vitamine.

Qui da noi è sopravvissuta solo una cugina prima della salsa di pesce, la pasta di acciughe. La mettiamo, e lo capisco, dovunque. Mia sorella Cristina, diventata vegetariana, mi disse un giorno: “Di tutti i prodotti che ho eliminato, quello che rimpiango di più e che non riesco a sostituire è la pasta di acciughe”.

Chi tutt'ora usa il *garum* sono i vietnamiti e nessuno sa se siano stati loro a ispirare i romani o viceversa o ognuno ha autonomamente elaborato questa salsa. Lo chiamano *nouc mam*. Loro lo mettono, ma solo un gocchino, quasi su ogni piatto,



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.

scerati e privati di testa e ali, ma fatevi dare cuore e fegato. Infilate nella cavità addominale di ogni piccione una fetta di pancetta tesa. Tritate cuore e fegato e fateli rosolare in una capiente casseruola con 1 noce di burro e 160 g di prosciutto spezzettato. Mettete nel tegame i piccioni e fateli rosolare a fuoco vivo per 2'. Irrorateli con 2 bicchieri di vino, coprite e cuocete, a fuoco dolce, per 40' unendo poca acqua bollente se asciugasse troppo. Provate la cottura con la forchetta. Se si infila dolcemente nelle carni, queste sono pronte, altrimenti cuocete per altri 10', aggiungendo, se necessario, altra acqua bollente. Spegnete, lasciate intiepidire e disossate senza sminuzzarla troppo. Se volete, ma è bene, fate poco brodo con la stessa procedura di quello di pollo (☞ 1) con gli avanzi dei piccioni. Mettete la carne nella casseruola, unite 8 cucchiaini di soffritto di cipolle e 40 g di concentrato di pomodoro stemperato in poca acqua, spolverizzate con erbe fresche di stagione a piacere, mescolate e cuocete per 5'. Regolate di sale e pepe. Servite il ragù accompagnato con la pasta cotta in abbondante acqua salata al bollore, scolata al dente e saltata in padella con parte del sugo e 2 bicchieri di brodo di piccione o di acqua di cottura.

✓ Naturalmente questo piatto si può anche fare con altrettanti, in peso, volatili, tipo quaglie, pernici, beccaccini e affini.

Timballo di pasta con polpette e melanzane

Per 8. Carne trita di manzo g 500, prosciutto cotto o mortadella g 200, soffritto di cipolle (☞ 1), 2 melanzane, penne g 600, besciamella (☞ 1) g 400, salsa di pomodoro (☞ 1) g 200, funghi secchi g 40, pasta brisée (☞ 1) g 400, uova, grana, farina, burro, olio, sale

Mescolate la carne con il prosciutto cotto o la mortadella tritati, 4 cucchiaini di soffritto di cipolle, 1 uovo e 1 tuorlo. Regolate di sale e fate delle piccole polpette. Infarinatetele e cuocetele in poco olio per pochi minuti. Tagliate a fette le melanzane, spurgatele con poco sale, lavatele, asciugatele e frig-



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.

In questo caso, facendo violenza a me stesso, consiglio di usare *riso parboiled*, che non amo, ma qui funziona: usare un riso fino come il Roma, simile a quelli spagnoli, è un rischio, quando si fa la *paella* la stracottura incombe sempre. Mettete le cozze private del bisso e pulite in una casseruola, fatele aprire a fuoco vivo e coperte, spegnete, lasciate intiepidire, sgusciatele e filtrate il fondo. Sbollentate i pomodori, pelateli, privateli dei semi e tagliateli a cubetti. Tagliate il pollo e il coniglio a pezzi. Tagliate a listarelle il peperone e a tocchetti i fagiolini verdi. Versate 1 abbondantissimo filo d'olio nella classica padella con due manici e fate dorare il pollo e il coniglio per 5'. Aggiungete il peperone e i fagiolini e fateli cuocere per 2'. Unite il peperoncino rosso spezzettato, gli spicchi d'aglio e i pomodori. Mescolate, coprite con 250 g in tutto di fondo delle cozze e d'acqua bollente e cuocete a fuoco basso per 15', mescolando. Aggiungete il riso, la salsiccia tagliata a tocchetti e 1 o 2 bustine di zafferano stemperate in poca acqua e continuate la cottura per altri 15' o poco più, assaggiate, unendo poca acqua bollente se asciugasse troppo. A 1' dalla fine unite le cozze e le code di gambero sgusciate e private del budellino nero. Regolate eventualmente di sale e servite.

Cocido

Per 8. Ceci g 400, 1 osso di manzo o di prosciutto, carne salata di maiale g 400, muscolo di manzo g 400, prosciutto crudo affumicato g 200, 1 chorizo, 1 verza, 2 carote, 8 piccole patate, spaghetti g 120, sale

La sera prima mettete a mollo i ceci. In una casseruola unite l'osso, la carne e il prosciutto e i ceci raccolti in una reticella per evitare che si disperdano durante la cottura – non chiedetemi dove si compri questa reticella. Coprite a filo di acqua e cuocete per 2 ore, schiumando e sgrassando. Unite il *chorizo* (una salsiccia stagionata piccante e agliata, se no una salsiccia stagionata italiana), la verza divisa in 4, privata del torsolo e sbollentata per 5', le carote a pezzi, le patate pelate e



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.

Antipasti

Abbiamo visto nel capitolo su brunch e buffet una serie di preparazioni, fredde ma anche calde, che possono, perché no?, aprire un pasto. Qui troverete una serie di antipasti, caldi ma anche freddi. La distinzione fra queste tipologie avrebbe fatto felice il più erudito teologo bizantino.

Crostini tricolori

Per 4. Tagliate 2 mozzarelle a dadini, poi fateli scolare per 1 ora in un colino: devono perdere al meglio il loro liquido. Tostate 8 fette di pane, spalmate ciascuna con 1 cucchiaino di salsa di pomodoro (☞ 1) densa, coprite con i dadini scolati e guarnite con 1 punta di salsa verde (☞ 1). Passate al grill per 30", irrorate con 1 goccio di olio e servite.

Crostini con peperoni e acciughe

Per 4. Fate 200 g di peperonata (☞ 1) – d'accordo, è impossibile farne così poca, ma qui ne servono 200 g, il resto tenetelo per altre occasioni. Dissalate e sminuzzate 2 acciughe sotto sale. Tostate 8 fette di pane, spalmatele con ricotta stemperata con 1 filo di olio e profumata con paprika. Guarnite le fette con la peperonata, le acciughe sminuzzate e poco basilico spezzettato. Irrorate ancora con 1 goccio di olio e servite.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.

Antipasto piemontese

Per 4. Mondate 150 g di cipolline, 1 peperone rosso e 1 giallo, 100 g di fagiolini verdi, 2 carciofi, dividendo poi a spicchi quest'ultimi e passandoli in acqua acidulata con poco succo di limone per evitare che anneriscano. Tagliate a julienne i peperoni. Scaldate in una casseruola 1 filo di olio, unitevi 4 cucchiaini di soffritto di cipolle (ricetta 1), le cipolline e la metà dei peperoni, bagnate con qualche cucchiaino d'acqua e lasciate stufare per 10'. Unite i restanti peperoni, i carciofi, i fagiolini, 200 g di salsa di pomodoro (ricetta 1) e proseguite la cottura per 10'. Mescolate 1 cucchiaino di zucchero e 2 di aceto, regolate di sale e cuocete ancora per 5'.

Peperoni in salsa all'acciuga

Per 4. Lavate 800 g di peperoni rossi e gialli, privateli dei semi, dei filamenti e tagliateli a grosse falde. Metteteli con 3 cucchiaini di olio in una casseruola, lasciateli cuocere, a fuoco basso e a recipiente coperto, per 30', quindi sgocciolateli e disponeteli su un piatto da portata. Dissalate 1 manciata di capperi sotto sale. Diliscate e dissalate 4 acciughe sotto sale. Tritate capperi e acciughe con 1 spicchio di aglio. Scaldate 1 filo di olio nello stesso recipiente di cottura dei peperoni, unitevi il trito e lasciatelo cuocere lentamente per 5', mescolando con un cucchiaino di legno. Versate la salsa sui peperoni e servite la preparazione tiepida.

Insalata di soncino e alici marinate

Per 4. Pulite 500 g di alici, eliminate la lisca e la testa, poi lavatele e asciugatele. Preparate una marinata con 1 bicchierino di succo di limone, 1 di olio e 1 ciuffo di prezzemolo tritato. Salate leggermente, pepate e fate marinare le alici per 30'. Snocciolate 16 olive nere e tagliatele in 4. Condite del soncino con un'emulsione di olio, limone, sale, pepe. Mettete il soncino nei singoli piatti, disponetevi sopra le alici e guarnite con le olive.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.

Strudel di asparagi e fagiolini

Per 4. Preparate con 200 g di farina della pasta da *Strudel* (☞ 2) o utilizzate pasta phillo surgelata. Mondate 400 g di asparagi, cuoceteli al vapore per 15' e spezzettateli. Mescolateli con 8 cucchiaini di soffritto all'italiana (☞ 1), 400 g di fagiolini mondati e sbollentati per 4', 200 g di carote tagliate a julienne e sbollentate per 4', 200 g di ricotta, 50 g di grana grattugiato, 50 g di nocciole tostate e pestate e 1 uovo. Mescolate bene e regolate di sale e pepe. Poi procedete come per lo *Strudel* di carne e funghi (☞ 2).

Strudel di carne e funghi

Per 4. Preparate con 200 g di farina della pasta da *Strudel* (☞ 2) o utilizzate pasta phillo surgelata. Pulite 200 g di funghi porcini freschi, o altri funghi freschi a piacere, affettateli e saltateli in una casseruola con 1 noce di burro e 1 spicchio di aglio per 8', o fino a quando non avranno perso tutta la loro acqua. Spolverizzate con prezzemolo tritato ed eliminate l'aglio. Lasciate intiepidire. Tritate 200 g di avanzi di carne mista arrosto già cotta, raccoglietela in una terrina, amalgamatevi 1 manciata di pinoli leggermente tostatati e i funghi e conditela con 2 cucchiaini di fondo di cottura dell'arrosto o di fondo di carne (☞ 1). Stendete la pasta e dividetela in 3 fogli uguali, oppure prendete 3 fogli di phillo. Spennellate i 3 fogli con burro fuso, metteteli uno sull'altro, disponetevi sopra l'impasto e arrotolate, chiudendo bene i bordi. Mettete sulla teglia 1 foglio di carta da forno, spennellate di burro, adagiatevi lo *Strudel* spennellato di burro e cuocete in forno a 200° per 20'.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.

Ma non dimentichiamo quelli dolci.

Clafotto di pesche con menta e mandorle

Per 4. Spellate 4 pesche bianche e tagliatele a fettine. Tagliate 40 g di mandorle pelate a filetti. Mescolate pesche e mandorle alla pastella (☞ 2) e unite qualche foglia di menta. Versate il composto in 4 cocottine imburrate e cosparse di zucchero e cuocete in forno a 220° per 20-25'.

Clafotto di mele e ribes

Per 4. Sbucciate 4 mele golden, tagliatele a fiammifero e mescolatele alla pastella (☞ 2) insieme a 200 g di ribes rossi. Versate il composto in 4 cocottine imburrate e cosparse di zucchero e cuocete in forno a 220° per 20-25'.

Clafotto di fichi e uva

Per 4. Tagliate a fettine 300 g di fichi, con la buccia naturalmente, e mescolateli a 200 g di acini di uva divisi a metà. Mescolate la frutta alla pastella (☞ 2). Versate il composto in 4 cocottine imburrate e cosparse di zucchero e cuocete in forno a 220° per 20-25'.

Clafotto di arance amare e crema di marroni

Per 4. Pelate al vivo 6 arance amare, separate gli spicchi e togliete la pellicina interna. Mescolate con 200 g di crema di marroni e la buccia tritata di 1 arancia. Mescolate il tutto alla pastella (☞ 2). Versate il composto in 4 cocottine imburrate e cosparse di zucchero e cuocete in forno a 220° per 20-25'.

Clafotto di rabarbaro

Per 4. Prendete 600 g di rabarbaro, togliete le eventuali foglie, lavate accuratamente i gambi e tagliateli a pezzetti. Sbollentatelo per 2', poi scolatelo. Mettetelo in una casseruola con 50 g di zucchero e 1 filo di acqua e fate cuocere per 10', mescolando. Lasciatelo intiepidire, mescolatelo alla pastella (☞ 2) e unite 50 g di nocciole tritate grossolanamente. Versate il composto in 4 cocottine imburrate e cosparse di zucchero e cuocete in forno a 220° per 20-25'.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.

Acciughe alla menta

Per 4. Pulite 1 kg di acciughe freschissime eliminando teste e code, apritele ed eliminate le interiora e la spina dorsale. Lavatele bene. Disponetele a strati in una pirofila bassa, irroratele con 1 dl d'olio, distribuite in modo uniforme 2 spicchi d'aglio tagliati a pezzetti, abbondante menta, sale e pepe e versatevi 2 cucchiaini d'acqua. Mettete la pirofila in forno a 180° per 15' e, all'ultimo, aggiungete 1-2 cucchiaini d'aceto.

Acciughe ripiene

Per 4. Sembra una follia, ma basta appaiarne due alla volta e il gioco è fatto. Prendete 24 acciughe, togliete loro la testa, le interiora e la spina dorsale, lavatele bene, apritele a libro e asciugatele. Bagnate 50 g di mollica di pane con poco latte e strizzatela, dissalate 4 acciughe sotto sale e tritatele. Mescolate la mollica con le acciughe, unite 1 tuorlo, 1 spicchio d'aglio tritato, 1 ciuffo di prezzemolo tritato, 1 macinata di pepe e un quindici di pangrattato ma niente sale. Spalmate l'interno di ogni acciuga con il ripieno e unitele a due a due, con la pelle all'esterno naturalmente, aiutandovi con un paio di stuzzicadenti. Passate prima nella farina, scrollando quella in eccesso, poi nell'uovo sbattuto e, per ultimo, nel pangrattato. Friggetele in abbondante olio di semi ben caldo, asciugatele nella carta assorbente, salatele e servitele con insalatina fresca e fettine di limone.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.

Zuppe, minestre e affini

Che piacciono sempre a tutti, d'estate come d'inverno. Eccone alcune, classiche e meno classiche, ma le classiche dominano, democraticamente mescolate. L'utilizzo del termine zuppa o minestra è del tutto casuale.

Bomba di legumi

Per 8. Lasciate a mollo 300 g di legumi secchi (ceci, fave, fagioli vari) per 1 giorno. Cuoceteli in una casseruola coperti di acqua finché non saranno teneri, unendo anche 5 cm di alga *kombu* (☞ 2), aggiungendo durante la cottura acqua bollente quando necessario. Tagliate a julienne: 1 porro, 1 carota, 1 costa di sedano, 100 g di spinaci, 100 g di foglie di verza, 1 zucchina e 1 pezzo di zucca, rosolateli in una casseruola con 1 filo di olio, coprite a filo di acqua, aggiungete 200 g in tutto tra fave, piselli e fagioli e cuocete per 30'. Rosolate 100 g di pancetta a dadi e 100 g di mortadella a strisce. Cuocete al dente 200 g di ditalini. Unite nella casseruola dei fagioli le verdure, la pancetta, la mortadella e la pasta, spolverizzate con un trito di maggiorana, rosmarino, salvia, prezzemolo, basilico e mentuccia (nepetella), regolate di sale e servite.

Zuppa di catalogna e uova

Per 4. Lessate in abbondante acqua salata 1,5 kg di catalogna per 5'. Scolatela, strizzatela, tagliatela e fatela asciugare.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.

– almeno a me. Si trovano perlopiù in primavera e in estate, nei mercati del Sud in particolare, ma li ho visti una volta in un mercato di Roma: comunque chiedete anche in Trentino, non si sa mai. Si possono saltare con aglio e olio e ripassare col pomodoro fresco o preparare in zuppa. Proprio come zuppa ve li propongo, con una ricetta fresca e saporita, da gustare sia calda sia a temperatura ambiente.

Per 4. Pulite 1 kg di talli, eliminando le foglie più grandi. Sfilate i gambi come si fa con i cardi. Tagliateli a pezzetti e scottateli in abbondante acqua salata per 3'. Scolateli, ma tenete l'acqua di cottura. In una casseruola fate imbiondire 2 spicchi d'aglio fresco in olio e aggiungete 4 bei pomodori freschi e maturi, spellati e tagliati a pezzetti. Cuocete a fuoco dolce per 10'. Unite i talli e continuate a cuocere, aggiungendo qualche mestolo della loro acqua, fino a che saranno ben cotti. Regolate alla fine di sale.

Minestra di pane, caciocavallo e cipolle

Per 4. Tagliate a fettine 400 g di cipolle e cuocetele in 1 litro di brodo di manzo (☞ 1) per circa 1 ora a fuoco dolce, mescolando di tanto in tanto. Spalmate 300 g di pane raffermo tagliato a fettine con strutto (ahi) e disponetele in una teglia. Passatele in forno caldo fino a che il pane diventerà leggermente tostato. Mettetele in una zuppiera, alternandole a 150 g di caciocavallo tagliato a fettine molto sottili. Quando è pronto, versate il brodo bollente nella zuppiera, regolate di sale e fate riposare per pochi minuti. Gustate con abbondante peperoncino rosso.

Zuppa di lattuga

Per 4. Lavate 2 cespi di lattuga e 100 g di rucola. Tagliatele a striscioline e fatele cuocere per 5' a fuoco dolce in una casseruola con 1 noce di burro. Unite 1 litro di brodo di verdure (☞ 1) bollente, cuocete per 10' e regolate di sale. Preparate dei crostini con 4 fette di pane casereccio tagliate a cubetti e fateli saltare in abbondante burro – oppure tostateli.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.

Mania dell'autore 7: le vellutate

Continuo ad amarle anche se non so bene il perché. Ma non m'importa del perché.

Vellutata di zucca

Per 2. Pulite 300 g di zucca, tagliatela a dadi, mettetela in un cartoccio di alluminio e cuocetela in forno per 20'. Soffriggete, naturalmente a fuoco molto dolce, 1 porro tagliato a rondelle con 30 g di burro e bagnate con 1 spruzzo di vino bianco secco senz'alcol (☞ 1). Aggiungete 1 cucchiaino di farina di riso, 1 amaretto sbriciolato, incorporate la zucca e frullate il tutto con il frullatore a immersione. Unite al passato 2 bicchieri di brodo di verdure (☞ 1), salate e pepate a piacere e diluite con un po' di panna.

Vellutata di carciofi

Per 2. Eliminate tutte le foglie esterne di 3 carciofi, perché userete soltanto i fondi, e lessate questi ultimi a vapore, spezzettati, per 15'. Frullateli. Stemperate 1 cucchiaino di farina di riso con 1 cucchiaino di brodo di verdure (☞ 1) e unitela a 2 bicchieri di brodo di verdure bollente. Aggiungete la crema di carciofi e lasciate sobbollire per qualche minuto. Regolate di sale. Spegnete ed emulsionate con 30 g di burro tagliato a pezzetti, 2 tuorli e 2 cucchiaini di grana grattugiato.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.

avrà assunto lucidità e morbidezza, ma non eccessivo colore. 2' prima di saltare la pasta unite 100 g di provolone grattugiato e regolate di sale, pepe e noce moscata. Saltate la pasta in questo sugo.

Con mozzarella, pomodoro e pancetta

Per 4. Rosolate in 1 noce di burro 200 g di pancetta affumicata tagliata a striscioline. Aggiungete 2 pomodori sbollentati, pelati, privati dei semi e spezzettati e cuocete per 10', unendo poca acqua quando necessario. Regolate di sale e pepe. Dopo aver saltato la pasta, unite anche 200 g di mozzarella tagliata a dadini. Paprika a volontà e un po' di basilico spezzettato.

Col bross

Gli dèi dell'Olimpo mangiavano il bross, è cosa certa. Fra i mortali, è più raro. I montanari dell'Alta Langa, vicini al cielo e lontani dagli uomini, mangiano questo formaggio, in assoluto il più potente che ci sia, abbondantemente spalmato su pane abbrustolito o con la polenta arrostita. Qui in pianura, lo consiglio sulla pasta. Ma preavvertite gli ospiti.

Per 4. Mettete 100 g di bross in un tegame in cui avrete sciolto 100 g di burro, 1 dl di panna, 2 cucchiaini di Calvados, Cognac o brandy e 1 pizzico di sale. Fate andare su fuoco dolcissimo, carezzando il composto con un cucchiaino di legno, per pochi minuti, fino a ottenere una crema omogenea. Saltate la pasta e auguri.

SUGHI DI CARNE

Al ragù di funghi e salsiccia

Per 4. Pulite 600 g di funghi porcini con coltellino e spazolino e tagliateli a fettine. Mettete 1 filo di olio in una casseruola e fatevi rosolare 1 spicchio d'aglio e 200 g di salsiccia spellata e sbriciolata per 2'. Unite i funghi e fateli rosola-



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.

rente, scolateli e metteteli in una casseruola senz'acqua a fuoco vivace. Quando, aperti, si offriranno ai vostri appetiti, spegnete, estraete i frutti dal guscio e teneteli da parte. Filtrate il liquido che avranno rilasciato. Fate rosolare 2 spicchi d'aglio in 1 filo di olio, unite il liquido filtrato e i cannolicchi e lasciateli cuocere per 3'. Saltate la pasta, cospargete con 1 manciata di prezzemolo tritato e ancora con pepe pestato.

Alla seppia nera e sedano

Per 4. Pulite 400 g di seppioline, tagliatele a listarelle fini e tenete da parte le sacche contenenti il nero e le prelibate gonadi, che si riconoscono tra le interiora per il colore bianco latte. In una padella fate scaldare 2 spicchi d'aglio e, prima che comincino a imbiondire, unitevi 4 gambi di sedano sfilati e sminuzzati e cuocete per 1'. Poi aggiungete le seppie e cuocete a fuoco vivo per 2'. Unite 1 bicchiere di vino bianco secco senz'alcol (☞ 1), le sacche e le gonadi, mescolando e schiacciando le sacche perché cedano il nero, 1 cucchiaino di concentrato di pomodoro stemperato in poca acqua e cuocete per 3'. Togliete l'aglio, regolate di sale e pepe. Saltate la pasta e spolverizzate di prezzemolo tritato.

Con trota salmonata e peperoni

Per 4. Tagliate a dadini 300 g di trota salmonata. Fate cuocere per 5' con 1 bicchierino di acqua 1 falda di peperone rosso e 1 di peperone giallo tagliati a pezzi, poi frullatele e fatele asciugare in un padellino con 1 filo di olio, 1 spicchio di aglio e 1 rametto di rosmarino. Unite la trota, aggiustate di sale e lasciate cuocere per 1'. Saltate la pasta e insaporitela con basilico spezzettato.

SUGHI A CRUDO

Alla Bisanzio

Per 4. Sbollentate, pelate, private dei semi e tritate grossolanamente 200 g di pomodori e lasciateli in infusione per



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.

l'alcol in questo caso, il grasso dell'anguilla picchia, che farete evaporare. Versate 200 g di salsa di pomodoro (☞ 1), 2 foglie di alloro e cuocete per 10'. Gettate la pasta e portatela a cottura unendo acqua bollente mestolo dopo mestolo. Regolate di sale, eliminate l'alloro, e spolverizzate di prezzemolo tritato. Le anguille prediligono le casseruole di terracotta. Vedete voi.

Con lumache e crema di fave

Per 4. Pulite 20 lumache già spurgate e lessatele in acqua salata per 2 ore e mezza. Estraele dal guscio, eliminate l'appendice nera e tagliatele a pezzetti. Sgranate e spellate delle fave fino a ottenere 200 g di favette, cuocetele con 1 bicchiere di acqua per 5', poi frullatele. In una casseruola scaldate 1 filo di olio con 4 cucchiaini di soffritto all'italiana (☞ 1) e rosolate le lumache per 3'. Bagnate con 1 bicchierino di vino bianco secco senz'alcol (☞ 1), 1 bicchiere di brodo di vitello (☞ 1) e la crema di fave. Cuocete per 5', poi gettate la pasta e portatela a cottura unendo brodo bollente mestolo dopo mestolo. Regolate di sale e pepe e servite.

Con ciccioli e pecorino

Per 4. Rosolate in una casseruola 400 g di ciccioli con 4 cucchiaini di soffritto di cipolle (☞ 1) per 3', poi unite 100 g di salsa di pomodoro (☞ 1) e 1 punta di concentrato di pomodoro stemperata con poca acqua. Cuocete per 3', poi gettate la pasta e portatela a cottura unendo brodo universale (☞ 1) o acqua bollente mestolo dopo mestolo. Regolate di sale, poco, che poi arriva il pecorino, e abbondante pepe e servite spolverizzato con abbondante pecorino.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.

unendo fin da subito 4 cucchiainate di soffritto di cipolle (TS 1) e la crema di asparagi. 2' prima che sia pronto unite il pomodoro, le punte degli asparagi e le cappellette. Regolate di sale e pepe e mantecate con olio leggero. Condite con poco pecorino grattugiato e guarnite col solito prezzemolo tritato.

Alla parmigiana con pesce fritto

Per 4. Friggete in abbondante olio di semi 400 g di filetti di pesce persico leggermente infarinati. Seguendo la procedura base (TS 1), tostate 320 g di riso, sfumatelo con 1 bicchiere di vino bianco senz'alcol (TS 1) e portatelo a cottura con brodo universale (TS 1), unendo fin da subito 4 cucchiainate di soffritto all'italiana (TS 1). Regolate di sale e pepe e mantecate con olio leggero. Condite con poco grana grattugiato e il solito prezzemolo tritato. Mettete il risotto nei piatti individuali e guarnite con i filetti di pesce.

Con vino rosso, midollo e fagioli

Per 4. Rosolate 40 g di midollo tagliato a fettine per 3', poi sfumate con 1 bicchiere abbondante di vino rosso e fatelo ridurre a metà. Seguendo la procedura base (TS 1), tostate 320 g di riso e portatelo a cottura con brodo di vitello (TS 1), unendo fin da subito 4 cucchiainate di soffritto all'italiana (TS 1) e il midollo cotto nel vino. 2' prima che sia pronto unite 200 g di fagioli borlotti lessati. Regolate di sale e pepe e mantecate con burro. Condite con abbondante grana grattugiato e guarnite col solito prezzemolo tritato.

Con uva e lardo

Per 4. Pelate ed eliminate i semini, un lavoro noiosissimo, ma va fatto, di 20 acini di uva bianca. Rosolate 60 g di lardo tagliato a striscioline per 3', poi sfumate con 1 bicchiere di vino bianco aromatico e fatelo ridurre a metà. Seguendo la procedura base (TS 1), tostate 320 g di riso e portatelo a cottura con brodo di vitello (TS 1), unendo fin da subito 4 cucchiainate di soffritto all'italiana (TS 1) e il lardo cotto nel vino. 2' prima che sia pronto unite l'uva. Regolate di sale e pepe e man-



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.

grattugiato e 1 ricca manciata di prezzemolo tritato. Varianti: infinite. Con le verdure tagliate sottili, a dadini o a julienne e sbollentate per 1-3'.

Al latte con la zucca

Per 4. Procedete come per il riso al latte (TS 1), la versione salata naturalmente, unendo al riso 200 g di polpa di zucca tagliata a dadini e rosolata per 5', 1 amaretto pestato e poca mostarda sminuzzata. Se asciugasse troppo, unite altro latte.

Con curry e frutta secca

Per 4. Portate a bollore 5 dl di brodo di pollo (TS 1) e unitevi 8 cucchiaini di soffritto all'italiana (TS 1). Versate 350 g di riso e portatelo a cottura, aggiungendo altro brodo quando sarà necessario. 1' prima che sia pronto aggiungete 1 mela renetta sbucciata tagliata a tocchetti e saltata nel burro per 1', 4 prugne secche sminuzzate, 4 albicocche secche sminuzzate, 1 manciata di uvetta messa a mollo per 20' e strizzata e salsa al curry (TS 1) a piacere. Condite con panna acida (TS 1).

Con zucchine e fiori di zuccina

Per 4. Portate a bollore 5 dl di brodo universale (TS 1) e unitevi 4 cucchiaini di soffritto all'italiana con pancetta (TS 1). Versate 350 g di riso nella casseruola e portate a cottura versando altro brodo quando sarà necessario. 2' prima che sia pronto unite 300 g di zucchine tagliate a julienne e regolate di sale e pepe. Condite con i fiori spezzettati a mano, olio e grana grattugiato a piacere.

Con cozze e melanzane

Per 4. Vera chicca sarebbe un brodo di sassi (TS 1). In mancanza, quello universale (TS 1) andrà più che bene. Tagliate a fette 1 melanzana, cospargetela di sale, fatela spurgare per 30', poi sciacquatela e asciugatela. Friggetela in abbondante olio di semi e passatela su carta da cucina per eliminare l'eccesso di olio. Dividetela in 4, tagliandola a croce. Portate a bollore il liquido filtrato di 1 kg di cozze, ottenuto facendone aprire le val-



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.

Altri primi

Un unico capitolo che presenta una miscellanea di altri primi.

Tagliatelle al mascarpone

Per 4. Con un cucchiaino di legno lavorate per 2' in una ciotola 200 g di mascarpone freschissimo, 50 g di lodigiano grattugiato e 1 pizzichino di sale. Amalgamate il tutto fino a ottenere un composto cremoso e fluido. Gettate in una casseruola 350 g di tagliatelle scolate al dente, unite 1 noce di burro e 1 bicchiere di acqua di cottura e cuocete per 2', regolando di sale. Fuori dal fuoco legate col mascarpone e con 1 tuorlo. Alla fine spolverizzate con cannella.

Tagliatelle con ragù di tonno

Procuratevi del tonno fresco, se rosso è meglio, il mitico *thunnus thynnus*. La maggior parte di quello che viene spacciato per tonno sui nostri mercati sono alla lunga – sì, quello del grissino! – tonnetti e tombarelli, di certo cugini ma si possono chiamare tonno solo per... una deroga Cee. Il migliore – il rosso appunto – se lo pappano i ghiotti giapponesi che lo vengono a prendere direttamente nel *mare* (non più) *nostrum* pagandolo cash con tanti yen. Se lo trovate in pescheria dunque, non ve ne private. Sarebbe un vero peccato di gola al contrario.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.

spargeteli con semi di finocchio e poco sale. Mettete la teglia in forno a 190° e cuocete per 5', spennellandoli con il loro fondo di cottura. Scolateli e teneteli al caldo. Versate nel fondo di cottura 1 bicchierino di liquore all'anice e fate ridurre, a fuoco vivace, fino a 2 cucchiaini. Distribuite i finocchi sul piatto da portata, adagiatevi sopra i filetti e irrorateli col fondo ristretto.

Cefalo con fagiolini e patate

Per 4. Squamate e pulite 1 cefalo da 1,2 kg, insaporitelo all'interno e all'esterno di sale e pepe e inserite nella cavità addominale 1 rametto di timo e un po' di prezzemolo tritato. Ungete con 1 cucchiaino di olio una teglia e disponetevi il cefalo. Versate 1 bicchiere di vino bianco senz'alcol (☞ 1), coprite la teglia con un foglio di carta di alluminio e cuocete in forno a 180° per 20', bagnando di tanto in tanto con il fondo di cottura. Intanto tagliate a pezzetti 200 g di fagiolini e a rondelle sottili 2 patate pelate e sbollentatele per 5'. Scaldate in un tegame 1 filo di olio con 4 cucchiaini di soffritto di scalogni (☞ 1), unite i fagiolini e rosolateli per 2', poi versate 1 mestolino di acqua e continuate la cottura per 8', a fuoco moderato, mescolando. Unite le rondelle di patate, cospargetele con prezzemolo tritato e foglioline di timo e fatele insaporire per 4'. Regolate di sale. Servite il pesce accompagnandolo con le patate e i fagiolini caldi.

Cernia in umido rosso

Per 4. Tagliate a fettine i filetti di 1 cernia da 1 kg. Sbollentate, pelate, private dei semi e tritate 400 g di pomodori. Private 1 peperone rosso dei semi e dei filamenti bianchi e tagliatelo a pezzi. Mettete 2 cucchiaini di olio in una padella antiaderente, fatelo scaldare e rosolatevi le fette di cernia; scolatete e tenetele da parte. Nella stessa padella fate rosolare i pezzi di peperone e 4 cucchiaini di soffritto di scalogni (☞ 1), unite i pomodori e cuocete per 10'. Aggiungete anche le fette di cernia e continuate la cottura per altri 10', regolando di sale. Profumate infine con il basilico spezzettato.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.

Rombo con sedano e capperi

Per 4. Tagliate a dadi 200 g di costole di sedano e sbollentateli per 4'. Dissalate e tagliate a pezzettini 2 acciughe. Imburrate una teglia, adagiatevi 4 filetti di rombo e le acciughe e bagnate con 1 bicchierino di vino bianco secco senz'alcol (☞ 1). Coprite con un foglio di carta di alluminio e cuocete in forno a 200° per 6'. Togliete i filetti e conservateli in caldo. Versate il fondo di cottura in una piccola casseruola, unite 20 g di capperi dissalati e 2 dl di panna e fate addensare leggermente. Aggiungete i dadi di sedano, salate, pepate e dopo 1' togliete dal fuoco. Servite i filetti di rombo nappati con la salsa.

Salmone al formaggio

Per 4. Rosolate 400 g di funghi freschi a piacere tagliati a fettine con 1 filo di olio per 5' e regolate di sale e pepe. Cuocete 800 g di tranci di salmone in poco olio 2' per parte. Metteteli in una pirofila imburrata, copriteli con i funghi e con 4 dl di salsa *mornay* (☞ 1). Gratinare sotto il grill caldo del forno per 2'.

Polpettine di salmone saltate

Una ricetta cugina dei famosi *pojarsky*. Un piatto appagante, facile da fare e che fa contenti tutti, grandi e piccini.

Per 4. In una piccola casseruola antiaderente stufate a fuoco dolce in poco burro 1 porro spezzettato, bagnate con poca acqua bollente e cuocete per 10', poi frullate. Cuocete 2 patate al vapore per 30', poi sbucciatele e schiacciatele. Tritate più fine che potete con un coltellaccio 400 g di salmone pulito e 100 g di gamberetti precotti. In una ciotola lavorate salmone e gamberetti con le patate e il porro, profumate con erba cipollina sminuzzata, legate con 1 uovo e 1 tuorlo ben sbattuti e regolate di sale e pepe. Formate tante piccole polpettine, infarinatele leggermente e rosolatele in abbondante burro spumeggiante per un nonnulla.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.

ammollato in poca acqua per 12'. Scolatelo e sminuzzatelo finemente. Scaldate 1 noce di burro in una casseruola, unite il baccalà e cuocete a fuoco dolcissimo rimestando con una frusta per 10'. Aggiungete le patate ed emulsionate prima con 50 g di olio a filo poi con 150 g di panna. Regolate eventualmente di sale e pepe e servite.

Baccalà al pomodoro

Per 4. Lessate 600 g di baccalà già ammollato in abbondante acqua fredda scolandolo appena comincia a bollire. Spelatelo, spinatelo e spezzettatelo in piccoli pezzi. In un tegame fate soffriggere 2 spicchi d'aglio con 1 filo di olio e, non appena sarà imbiondito, versate il baccalà. Fatelo insaporire a fuoco molto basso per 5'. Aggiungete 8 pomodori sbollentati, pelati e privati dei semi e spezzettati e proseguite la cottura fino a quando la salsa sarà densa e lucida. Rificate con 1 macinata di pepe, qualche foglia di basilico spezzettata e, se necessario, 1 pizzico di sale. Accompagnate con polenta (1).

Stoccafisso mantecato alla veneziana

Detto anche baccalà alla veneziana.

Per 4. In una casseruola coprite a filo di acqua fredda 600 g di stoccafisso pronto per la cottura. Mettete sul fuoco e appena sta per accennare al bollore spegnete e lasciatelo riposare per 20'. Scolatelo e riducete la polpa a pezzettini. In una casseruola pesante, a fuoco bassissimo, emulsionate, con tanta pazienza e tanta energia, lo stoccafisso con olio extravergine d'oliva leggero, ligure o del Garda, aggiunto a filo, rimestando con un cucchiaino di legno. La quantità di olio può variare, continuate a unirlo fino a quando lo stoccafisso lo assorbe. Alla fine dovrà essere bianco e cremoso: magia dell'emulsione. Regolate di sale, se necessario, pepe, aglio e prezzemolo tritato a piacere. Si serve freddo, di solito con polenta. Se la potenza del vostro braccio non è sufficiente, si può anche montare con il frullatore, mettendo lo stoccafisso cotto e circa 2 bicchieri di olio. Aromatizzate come sopra.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.

re fuori, coprite e fate bollire per un paio di minuti. Versate il liquido bollente fino a coprire il pesce. Non gustatelo prima di 1 giorno. L'aceto smorza alla grande il sapido del grasso del pesce.

Alalunga in agrodolce

Per 4. Dopo aver sciacquato e asciugato 4 fette di alalunga o di tonnetto infarinatele e friggetele in olio di semi di arachide, quindi eliminate l'olio, ma tenetene 1 bicchierino. Insaporite le fette con il sale e tenetele in caldo. Usate il bicchierino di olio per cuocere 2 cipolle affettate, regolate di sale, spruzzatele con 1 bicchierino di aceto e cospargetele con 70 g di zucchero. Immergetevi le fette di pesce e lasciatele insaporire per qualche minuto. Sistematele in un piatto e conditele con il loro intingolo. Servitele fredde.

Pollo in carpione

Per 4. Questo piatto può essere fatto con tutti i tipi di volatili e anche coniglio, lepre e affini. Tagliate a julienne o a piccoli pezzi delle verdure quali asparagi, fondi di carciofo, peperoni, carote, sedano, cipollotti, porri e altro: calcolate in totale 500 g. Cospargeteli con sale grosso e lasciateli marinare per 6 ore, mescolando di tanto in tanto. Disossate 1 pollo e tagliatelo a striscioline. Fatele rosolare in una padella con poco olio e 1 spicchio di aglio per 4', poi regolate di sale e pepe e lasciate raffreddare. Eliminate l'aglio. Sciacquate le verdure e fatele cuocere per 4' in abbondante acqua bollente acidulata con 2 cucchiaini di aceto balsamico (quello industriale, naturalmente). Poi scolatele e passatele sotto acqua corrente per fermarne la cottura. Cuocete in una casseruola 20 cipolline coperte a filo di acqua e aromatizzate con 2 cucchiaini di aceto balsamico (idem), 2 cucchiaini di zucchero semolato e 1 filo di olio per 20' o fino a quando tutta l'acqua sarà evaporata. Fate una marinata portando a bollore 5 dl di acqua con 1 bicchiere di vino bianco, 1 di aceto balsamico (sempre quello industriale, naturalmente), un po' di pepe e 1 cucchiaino di zucchero. Mettete in una ciotola il pollo, le verdure e le ci-



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.

Servite i filetti su fette di pancarrè tostate, nappati con la salsa di fichi.

Costata alla pizzaiola

Per 4. Prendete 2 costate di manzo da 500 g l'una e battelete con il batticarne sul tagliere. In una ciotola tritate 3 spicchi d'aglio giovane – se è vecchio toglietegli l'anima (una frase che fa sempre impressione) – e unite 4 pomodori sbollentati, pelati, privati dei semi e tritati e insaporite con 3 cucchiaini di origano. Fate rosolare le costate da entrambe le parti, in un tegame unto per il tempo più breve che le vostre regole alimentari accettano. Toglietele e tenetele in caldo. Versate il composto di pomodoro nel tegame e cuocetelo a fuoco vivo per 2', o più, dipende sempre dalle vostre regole alimentari, mescolando. Rimettete le costate nella casseruola, coprite e fate cuocere per 2', a fuoco dolce. Alla fine regolate di sale e pepe.

Bistecchine con salsicce

Per 4. Rosolate 4 salsicce punte con uno stuzzicadenti un po' di qua e un po' di là in una padella di acciaio o alluminio, non antiaderente, per 6' o più. Sfumate con 1 bicchierino di vermut e fate evaporare. Unite 4 bistecchine di manzo leggermente battute e cuocetele a fuoco allegro il meno che riuscite, girandole 1 volta sola. Regolate di sale e peperoncino e servitele nappate con poca salsa alla senape (TS 1).

Arrosto di controfiletto di bue

Per 4. Pulite 1 kg di controfiletto di bue (o di manzo), eliminando con grande cura tutte le parti grasse e quelle nervose. Copritelo con 200 g di pancetta tagliata sottile e legatelo bene con spago da cucina. Sciogliete 1 noce di burro in una casseruola possibilmente di ghisa e rosolatelo a fuoco vivo per 5'. Unite 2 spicchi d'aglio, 2 scalogni e 2 rametti di rosmarino, incoperchiate e cuocete in forno a 180° per 30'. Toglietelo, slegatelo, recuperate la pancetta e tenetelo in caldo. Mettete la casseruola sul fuoco, togliete il rosmarino, deglassate



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.

za (se il ganascino è di vitello) o 2 (se di bue o manzo) unendo poca acqua bollente se asciugasse troppo. 30' prima di fine cottura unite 12 gambi di sedano tagliati a fettine e, pochi minuti prima di togliere dal fuoco, 1 manciata di pinoli e uvetta messa a mollo e strizzata. Regolate di sale e pepe e servite.

Ganascino alla paprika

Per 4. Tagliate fini 400 g di cipolle e rosolatele a fuoco bassissimo in 80 g di burro fino a quando si saranno disfatte. Tagliate 1 kg di ganascini a pezzi della dimensione di 1 noce e rosolateli in 3 cucchiaini d'olio. Insaporite la carne con 1 pizzico di semi di cumino, 1 di maggiorana e 1 cucchiaino (o più, dipende dai gusti) di paprika dolce. Unite le cipolle, 2 patate tagliate a dadini e coprite con brodo di vitello (☞ 1) bollente. Cuocete coperto a fuoco basso per 1 ora e mezza (se il ganascino è di vitello) o 2 (se di bue o manzo) unendo poco brodo bollente se asciugasse troppo. Togliete il ganascino e servitelo con il fondo passato ed emulsionato con poco burro.

Ganascino con i ceci

Per 4. Rosolate 1 kg di ganascini interi in 1 filo di olio e 1 noce di burro per 10'. Bagnateli con 1 bicchiere di vino bianco secco senz'alcol (☞ 1) e lasciate evaporare. Copriteli appena con poco brodo di vitello (☞ 1) bollente, unite 1 cucchiaino di curcuma, 4 cucchiainate di soffritto di cipolle (☞ 1), 1 punta di concentrato di pomodoro stemperato in poca acqua e 320 g di ceci lessati ben scolati. Cuocete a fuoco bassissimo per 1 ora e mezza (se il ganascino è di vitello) o 2 (se di bue o manzo) unendo poco brodo bollente se asciugasse troppo. A fine cottura regolate di sale, tagliate il ganascino a fette e servitelo guarnito con la sua sontuosa salsa e con poca panna acida (☞ 1).



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.

chiaio di piselli, 1 manciata di pinoli, 1 pizzico di maggiorana, 20 g di funghi porcini secchi messi a mollo per 15' e strizzati, 2 cucchiaini di parmigiano grattugiato, sale, pepe e 2 uova intere sbattute. Versate nella sacca, riempiendola per non più di 2 terzi. Cucite l'apertura della sacca con filo resistente bianco. Pungete la pancetta con uno stecchino, perché non scoppi durante la cottura. Sobbollitela in 1,5 l di brodo di verdure (RS 1) per 2 ore. Alla fine sgocciolate la cima e fatela raffreddare tra due piatti con un peso sopra: deve essere schiacciata. Servitela fredda, a fette. Il gioco vale la candela: è una leccornia.

Punta ripiena

Per 4. Fatevi preparare dal macellaio 800 g di punta di petto di vitello con la sacca pronta. Amalgamate 100 g di polpa macinata di agnellone, 100 g di prosciutto cotto tagliato a dadini, 4 cucchiaini di soffritto di cipolle (RS 1), 20 g di funghi porcini secchi messi a mollo per 15' e strizzati, 2 cucchiaini di parmigiano grattugiato, 2 di pangrattato, sale, pepe e 2 uova intere sbattute. Versate nella sacca, riempiendola per non più di 2 terzi. Cucite l'apertura della sacca con filo resistente bianco e pungetela con uno stecchino. Mettetela in una casseruola, irroratela con 1 bicchiere di vino bianco senz'alcol (RS 1) e cuocete in forno a 160° per 2 ore e mezza, bagnando la carne di tanto in tanto col fondo.

Coda arrosto

Per 4. Mettete 1,2 kg di coda di vitello tagliata a pezzi in una casseruola, rosolatela in 2 cucchiaini di olio e bagnatela con 1 bicchiere di vino bianco senz'alcol (RS 1). Quando il vino si sarà asciugato, passatela in forno caldo a 180°. Durante la cottura, almeno 1 ora e mezza, girate la carne più di una volta, per bagnarla col fondo. Se asciuga troppo, aiutatela, aggiungendo un po' di brodo di vitello (RS 1). Siccome la coda "rende" molto grasso durante la cottura, sgrassatela, ne guadagneranno il gusto e il vostro fegato – in quest'ordine, questo è un libro di cucina, non un libro di dietetica. Alla fine regolate di sale. Servitela con salsa *poivrade* (RS 2) profumata con poca salsa di ribes (RS 2).



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.

Lingua di vitello in agrodolce

Per 4. Mettete a bagno per 1 notte in acqua fredda 1 lingua di vitello salmistrata di circa 1 kg. Poi sbollentatela per circa 20'. Scolatela, tagliate via le eventuali cartilagini alla base e spellatela. Immergete la lingua in abbondante acqua fredda leggermente salata, alla quale avrete aggiunto 2 carote, 1 cipolla e 1 gambo di sedano, poi fatela bollire piano per circa 1 ora e mezza. Scolatela, affettatela e nappatela con salsa agrodolce (☞ 1).

Rognone di vitello arrosto

Per 4. Prendete 600 g di rognoni di vitello, estraeteli dal grasso che li circonda, eliminate la pellicola che li ricopre e tagliate via i dotti facendo attenzione a non danneggiare i rognoni. Tagliateli in 2 parti, nel senso della lunghezza, e da ogni parte ricavate 2 fette sulle quali tratterete dei tagli incrociati. Deponete le fette su un piatto, conditele con olio e pepe e lasciatele riposare per 1 ora. Poco prima di andare in tavola, disponete il rognone su una griglia ben calda e arrostitelo a fuoco basso per pochi minuti. Mettete il rognone su un piatto caldo, spolverizzatelo con poco sale, irroratelo con un po' di succo di limone e servitelo subito, ben caldo accompagnato con *chutney* (☞ 1). Se il rognone è buono, questa preparazione è il massimo. Non gettate il grasso del rognone. È un grasso di cottura (☞ 2) eccezionale.

Rognone di vitello ai funghi

Per 4. Fate rosolare 2 spicchi d'aglio in un tegame con poco olio, togliete l'aglio appena prende colore e aggiungete 400 g di funghi ben puliti e affettati. Coprite e cuocete i funghi per 15' circa, mescolandoli di tanto in tanto. Pulite, sgrasate e tagliate a pezzetti 600 g di rognoni di vitello, quindi cuoceteli velocemente, non più di 2', con 1 noce di burro, a fuoco altissimo e mescolando in continuazione. Unite ai rognoni 1 bicchiere scarso di Porto e 2 dl di panna, mescolate e unite i funghi. Appena riprendono il bollore toglieteli dal fuoco, regolate di sale, eventualmente addensate con poco roux (☞ 1) e serviteli cosparsi di prezzemolo tritato.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.

qua se asciugassero troppo e scolando di tanto in tanto il grasso. Mondate 1 peperone giallo e 1 rosso e tagliateli a julienne. Mondate e affettate mezzo ananas, eliminandone la buccia e la parte centrale; riducete la polpa a pezzettini. In un wok rosolate i peperoni con poco olio per 5', unite 4 cucchiaini di soffritto di cipolle (☞ 1), 1 cucchiaino di zucchero di canna, 2 cucchiaini di aceto di mele e cuocete a fuoco dolce per 10'. Se necessario, unite un po' d'acqua. Aggiungete le puntine ben scolate del loro grasso e l'ananas e insaporite per 5'. Regolate di sale. Servitele molto calde.

Puntine al curry

Per 4. Fate 500 g di salsa al curry (☞ 1). In una casseruola cuocete per 3 ore o più, coperto e a fuoco dolcissimo, 16 puntine, la salsa al curry, 4 cucchiainate di soffritto di cipolle (☞ 1), 1 punta di concentrato di pomodoro stemperata in poca acqua e 2 bicchieri di vino bianco. Durante la cottura unite poca acqua bollente se asciugasse troppo. Alla fine, quando gli ossi delle costine si staccheranno dalla carne senza problemi, regolate di sale e servite. Legate con 1 cucchiaino a testa di panna acida (☞ 1).



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.

bondante acqua leggermente salata e unitevi le ossa dell'anatra, 1 cipolla picchettata con 2 chiodi di garofano, 1 carota e 1 costa di sedano. Quando il brodo bolle unite l'anatra e fatela sobbollire per 2 ore circa. Servitela tagliata a fette.

Anatra ripiena arrosto

Per 6. Procedete come per l'anatra ripiena lessata (☞ 2), arricchendo il ripieno anche con un po' di salsiccia, pane imbevuto in vino dolce e qualche amaretto sbriciolato. Scaldate in una casseruola olio e burro, ma sarebbe meglio lardo e strutto, unite aghi di rosmarino, rosolate l'anatra, sfumatela con 2 bicchieri di vino bianco secco senz'alcol (☞ 1) e cuocetela in forno per 1 ora e mezza o poco più, bagnandola lungo la cottura con poco brodo universale (☞ 1) bollente. Togliete l'anatra, tenetela in caldo, deglassate il fondo con 1 bicchiere di vino bianco senz'alcol (☞ 1) e filtratelo. Servite l'anatra tagliata a fette, nappata col fondo e accompagnata con *chutney* (☞ 1) di zucca e cipolle o di mele e banane.

Petto d'anatra agli agrumi

Per 4. Rosolate in 1 noce di burro 2 petti d'anatra, 5' dal lato della pelle e 3' dall'altro. Unite 2 scalogni tritati, 1 cucchiaino di miele di acacia, 4 chiodi di garofano, 1 punta di cannella in polvere, la buccia di 1 arancia tagliata a julienne e il succo dell'arancia. Cuoceteli per 6', o più, se siete barbari e li amate stracotti, e regolate di sale. Serviteli tagliati sottilmente conditi col loro fondo. Accompagnate con un timballino di cuscus (☞ 2) condito con albicocche secche spezzettate e uvetta messe a mollo per 30', strizzate e tritate, pistacchi e mandorle tritati finemente, olio, un po' di burro e sale.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.

Si fa ma non si dice: *il tofu*

Se si fa fatica a parlare bene delle alghe (卷二) per via dello loro stracorrettezza politica, a parlare bene del *tofu* si rischia la lapidazione. Non ho mai capito l'origine di questo odio, fra i più stupidi del mondo dell'alimentazione. Ma è un odio diffuso – e preoccupante, ch  il sonno della ragione genera mostri.

Se c'  un cibo al mondo del quale bisogna assolutamente, senza dubbi ed esitazioni, parlare bene e tanto usare, questo   il *tofu*. Un grande dono della Cina.   il pi  nobile derivato della nobilissima soia. Ha grandissime propriet  nutritive: alcune specie arrivano fino al 50 per cento di proteine, pi  un 20 per cento di grassi vegetali e un 20 per cento di zuccheri e calcio, fosforo, ferro e vitamine. C'  anche un 10 per cento di fibra grezza.   completamente privo di grassi saturi, quelli che fanno male.   poco calorico. Non si pu  chiedere di pi .

La soia, come tutti i fagioli, deve stare a mollo e poi soprattutto cuocere a lungo per diventare commestibile, un problema in Cina per via della cronica mancanza di combustibile. I cinesi attribuiscono a un monaco taoista, Lin An, la soluzione di questo problema. Lin An, sia stato un titano delle invenzioni o sia il nome collettivo che comprende secoli di oscuri agronomi che passo dopo passo misero a punto questa straordinaria scoperta, intu , si era attorno al 200 a.C., che cagliando i fagioli di soia bolliti, trituriati e filtrati con cloruro di magnesio, un sale speciale tratto dal mare, si otteneva uno stra-



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.

Fagioli al cren

Per 4. Cuocete i fagioli come indicato in fagioli al peperoncino (☞ 2). Alla fine scolateli e rosolateli in padella con poco olio e 60 g di salsa al cren (☞ 1) stemperata con panna acida (☞ 1) o purea di mele. Regolate di sale e servite. È forte, è forte...

Finocchi in besciamella

Per 4. Pulite 6 finocchi, privateli delle guaine esterne, tagliateli a spicchi e cuoceteli a vapore per 15'. Scolateli e fateli insaporire in una padella con 50 g di burro per 5'. Disponeteli in una teglia imburrata, cospargeteli con 50 g di grana grattugiato e 300 g di besciamella (☞ 1), spolverizzate con poco pangrattato, tanta cannella e fiocchetti di burro e infornate a 190° per 20'. Potete sostituire i finocchi con cimette di cavolfiore, porri, fagiolini, cardi, asparagi, cavolini di Bruxelles e arricchire la besciamella con tuorli, panna e succo di limone.

Caponet di fiori di zucca

Per 4. Macinate 400 g di carne bollita con 150 g di salame cotto. Raccogliete il composto in una ciotola insieme con 3 uova intere, 50 g di grana grattugiato e un po' di prezzemolo tritato e mescolate sino a ottenere un ripieno omogeneo. Mondate 24 fiori di zucca del pistillo e dei sepali esterni e farciteli con il composto chiudendoli poi all'estremità. Fateli friggere in una padella con abbondante olio di semi caldo sino a farli dorare. Serviteli caldi.

Fiori di zucca ripieni di riso

Per 4. Mondate 100 g di funghi porcini, tagliateli a dadini e rosolateli con poco olio, poco timo fresco e 2 cucchiaini di soffritto di scalogni (☞ 1) per 3'. Unite 200 g di riso bollito, mescolate e lasciate intiepidire. Aggiungete 200 g di ricotta, unite 2 uova e poco pangrattato e regolate di sale e pepe. Mondate 24 fiori di zucca del pistillo e dei sepali esterni e farciteli con il composto chiudendoli poi all'estremità. Adagiateli in una piccola teglia unta di olio e spolverizzata di pangrattato, spennellateli di olio e cuoceteli in forno a 220° per 15'.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.

tini, incoperchiate e lasciateli cuocere a fuoco dolcissimo per 30' voltandoli di tanto in tanto. Eliminate il filo che lega gli involtini e serviteli caldi.

Zucchine farcite

Per 4. Tagliate a metà nel senso della lunghezza 4 zucchine medie o 8 piccole. Svuotatele con uno scavino, oppure con un cucchiaino, e fatele cuocere a vapore per 5'. Tritate grossolanamente la polpa estratta. Sbucciate e tritate 1 cipolla, mettetela in un tegame con 1 filo di olio e fatela appassire, unitevi la polpa delle zucchine e cuocete per 15' coperto, mescolando di tanto in tanto. Lasciate intiepidire e unite 1 uovo e 1 tuorlo, 50 g di grana grattugiato, 3 cucchiaini di latte, 1 presa di noce moscata e regolate di sale, pepe e prezzemolo; mescolate finché gli ingredienti saranno ben amalgamati. Riempite con il composto le mezze zucchine svuotate, spennellate con poco burro fuso e adagiatele in una pirofila unta con burro. Cuocete in forno a 180° per 10'.

Zucchine, pinoli e uvette

Per 4. Tagliate a julienne 8 zucchine medie. Fatele rosolare con 1 filo di olio e 1 spicchio di aglio, che poi toglierete, per 1', poi sfumate con 2 cucchiaini di aceto. Lavate 2 acciughe sotto sale, diliscatele e spezzettatele. Mettete a mollo per 15' e strizzate 1 cucchiaino di uvetta e unitela alle zucchine con le acciughe, 1 cucchiaino di pinoli tostati, 1 di zucchero e 4 cucchiaini di acqua bollente e cuocete coperto per 10'. Regolate di sale. Servitele fredde.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.

Mania dell'autore 16: i topinambur

Seguendo il grande magistero dell'asino di Buridano potrei morire di fame nel dubbio fra patate e topinambur. Nell'incertezza, dopo avervi presentato le patate, ecco quest'altro magico tubero.

Preparazione del topinambur. Armatevi di santa pazienza e con un coltellino affilato spellate i topinambur cercando, se possibile, di sceglierli non troppo bitorzoluti – impresa vana, sono sempre bitorzoluti, il primo che mette a punto un cultivar liscio come una patata fa i miliardi. Tagliateli poi a fette e immergeteli in acqua fredda acidulata con poco succo di limone perché non anneriscano.

✓ I topinambur, come le patate, si abbinano a tutto. E tutte le ricette con le patate si possono fare con i topinambur. Quindi in questo capitolo vi darò solo poche ricette dove i topinambur dominano, da soli o quasi. Per il resto, se li amate, sbizzarritevi.

Topinambur agli aromi

Per 4. In un tegame soffriggete 4 spicchi d'aglio con 4 cucchiaini d'olio e fate insaporire 500 g di fettine di topinambur per 3'. Bagnate con 1 bicchiere d'acqua, unite 2 foglie di salvia e gli aghi di 1 rametto di rosmarino, chiudete con il coperchio e lasciate cuocere per 15'. Spolverizzate con 1 cucchiaino di timo e 1 di aneto tritati, regolate di sale e pepe macinato fresco.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.

Cardi e salsicce

Per 4. Mondate 1,2 kg di cardi e lessateli per 1 ora. Scolate e asciugate i cardi. Fate sciogliere in una teglia da forno 100 g di burro, disponete i cardi e copriteli con 5 salsicce crude, spellate e sbriciolate. Stemperate 1 cucchiaino di fondo di carne (r 1) in 1 mestolo d'acqua e versatelo sopra le salsicce. Spolverizzate con 50 g di parmigiano grattugiato e passate in forno a 160° fino a quando le salsicce sono cotte e il formaggio gratinato, poco più di 30'. Sostituendo le salsicce con fette di cotechino prenderete due piccioni con una fava: avrete una gustosa variante e potrete utilizzare un eventuale avanzo di cotechino.

Cardi alla ligure

Per 4. Mondate 1,2 kg di cardi e lessateli per 1 ora. Nel frattempo eliminate la parte legnosa dei cuori dei cardi, tritateli e fateli cuocere per 30' in una casseruola con poco olio e 1 spicchio d'aglio tritato. Fuori dal fuoco aggiungete, mescolando, 4 uova leggermente sbattute, 2 dl di latte cagliato e ben filtrato e 200 g di formaggio grattugiato. Regolate di sale. Disponete i cardi in una teglia da forno, unta d'olio, ricopriteli con il composto, lisciate la superficie e spolverizzate con pangrattato e formaggio grattugiato. Irrorate con poco olio e cuocete in forno a 160° fino a quando la superficie è ben gratinata, circa 30'. Questo piatto si può servire caldo, ma è una delle poche preparazioni con i cardi che è preferibile fredda.

Cardi al prosciutto

Per 4. Mondate 1,2 kg di cardi e lessateli per 1 ora e 20'. Scaldate in una casseruola con 1 filo di olio 4 cucchiaini di soffritto di cipolle (r 1) e cuocetele per 10' con 4 cucchiaini di salsa di pomodoro (r 1), 60 g di funghi secchi messi a mollo per 20', strizzati e tritati, 50 g di prosciutto cotto tagliato a dadini e 1 ciuffo di prezzemolo tritato. Mettete i cardi in una pirofila imburrata, ricopriteli con la salsa e fate insaporire in forno a 160° per 10'.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.

brodo di verdure (☞ 1) e 1 punta di concentrato di pomodoro stemperata in poca acqua e cuocete a fuoco basso e con il coperchio per 30', unendo poca acqua bollente se asciugasse troppo. Alla fine regolate di sale e di peperoncino. Con questo ragù condite una pasta a piacere.

Sedano di Verona in umido

Per 4. Sbollentate 400 g di sedano tagliato a julienne per 3', poi brasatelo in poco olio con altrettanti funghi freschi tagliati a pezzetti e 1 spicchio di aglio per 20' circa. Alla fine regolate di sale e pepe e spolverizzate con prezzemolo. Al posto dei funghi potete unire dadolata di verdure a piacere legate con 1 patata tagliata a dadini e, se così vi piace, poca salsa di pomodoro (☞ 1).

Torta di sedano di Verona

Per 6. Pelate e tagliate 1 kg di sedano a julienne e poi sbollentatelo per 3'. Foderate uno stampo da torta imburrato e infarinato con pasta brisée (☞ 1) e riempitelo con il sedano, 300 g di formaggi a piacere tagliati a dadi e 200 g di salumi a piacere tagliati a julienne. Regolate di sale e pepe e cuocete in forno a 200° per 40'.

Zuppa di cozze, cannellini e sedano di Verona

Per 4. Mettete a mollo per 1 notte 200 g di fagioli cannellini. Poi scolateli. Fate aprire in forno 800 g di cozze, eliminate i gusci e filtrate il fondo. Cuocete a fuoco dolcissimo nel fondo delle cozze arricchito con brodo di verdure (☞ 1) i cannellini con 1 sedano pelato e tagliato a julienne, 1 pomodoro sbollentato, pelato e privato dei semi e 1 mazzetto guarnito (☞ 1), unendo lungo la cottura poco brodo bollente se asciugasse troppo. Dopo circa 1 ora e mezza eliminate il mazzetto, aggiungete le cozze, spolverizzate con prezzemolo tritato o con menta sminuzzata, regolate di sale e pepe e servite condito con 1 filo di olio. Potete arricchire questa saporita minestra aggiungendo alla fine anche 120 g di pasta secca o all'uovo (☞ 1) spezzettata, cotta in abbondante acqua salata e scolata al dente.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.

ciatele in modo da ottenere altrettanti dischi sottili. Distribuite nel centro di metà dei dischi 400 g di pecorino fresco tagliato a dadini e coprite con i dischi rimanenti. Premete la pasta lungo gli orli e fate friggere le sebadas in abbondante olio caldo, ma non fumante. Sgocciolatele, passatele sopra un foglio di carta assorbente, spennellatele con miele ammorbidito a bagnomaria e servitele.

Tortelli di confettura

Per 6. Raccogliete in una piccola casseruola antiaderente 80 g di gherigli di noci spezzettati e fateli tostare a fuoco basso. Poi tritateli e mescolateli in una ciotola con 30 g di uvetta messa a mollo per 15' e strizzata e 150 g di confettura di albicocche. Disponete 150 g di farina setacciata a fontana sulla spianatoia e versatevi nel centro 80 g di zucchero, 80 g di burro a temperatura ambiente a fiocchetti, 1 uovo, 1 cucchiaino di rum, 1 cucchiaino di scorza di limone grattugiata, 1 bustina di lievito in polvere e 1 presa di sale. Amalgamate gli ingredienti fino a ottenere una pasta consistente, che stenderete in una sfoglia non troppo sottile. Ricavate dalla sfoglia tanti rettangoli e mettete un poco di ripieno nel centro di ognuno, quindi piegateli a metà e sigillateli con la pressione delle dita lungo gli orli. Ungete con il burro la piastra del forno, disponetevi i tortelli e infornateli a 180° per 20' o poco più. Serviteli caldi o freddi, cosparsi di zucchero a velo.

Pannekoeken (crespelle) alla mela e pancetta

Per 4. Riunite in una ciotola 250 g di farina, 1 pizzico di sale e 3 cucchiaini di zucchero e incorporatevi 3 uova leggermente sbattute, 2,5 dl di latte e altrettanta birra sino a ottenere una pastella liscia e scorrevole. Sciogliete 30 g di burro in un piccolo tegame e aggiungetelo al composto, dopo di che coprite con un canovaccio e lasciate riposare a 25° per 2 ore. Fondete in una piccola padella 10 g di burro e insaporitevi 25 g di fette di mela. Versatevi sopra un fine strato di pastella distribuendola in modo omogeneo e cuocete a fuoco basso per 4'. Voltate la preparazione e concludete la cottura do-



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.

rancia candita tagliata a pezzi irregolari e 70 g di gherigli di noci spellati e tritati grossolanamente. Ungete uno stampo con burro, versate il composto e cuocete in forno a 180° per 1 ora. Quando il dolce sarà pronto lasciatelo raffreddare e sformatelo sopra un piatto fondo in cui avrete versato 1 bicchierino di birra *Guinness*. Bucherellate la superficie della torta e bagnatela con 1 altro bicchierino di birra, lasciando che questa venga assorbita per 24 ore. Avvolgetela infine in carta d'alluminio e conservatela in un luogo secco per almeno 1 settimana prima di servirla. Lungo ma non difficile.

Torta di zucchero

Per 4/6. Fate un impasto con 250 g di farina, 125 g di burro, 7,5 dl di acqua e 1 pizzico di sale. Stendetelo e utilizzatelo per foderare uno stampo coperto con carta da forno e imburrato, disponete sulla superficie della pasta dei fagioli secchi e cuocete per 15' in forno a 200°. Mescolate 200 g di pasta di mandorle con 100 g di zucchero di canna e unitevi 3 tuorli, 2 dl di panna e, alla fine, 3 albumi montati a neve ben ferma. Eliminate i fagioli dalla base della torta e copritela con la farcia. Cuocete in forno a 200° per 25'. È molto dolce.

Torta della Foresta Nera

Per 6/8. Con 250 g di zucchero preparate un pan di Spagna (☞ 2). Preparate uno sciroppo con 200 g di zucchero, 3,5 dl di acqua e 5 cl di kirsch. Montate 1 litro di panna insieme a 200 g di zucchero. Tagliate il pan di Spagna in modo da ottenere tre dischi di 24 cm di diametro e alti 2 cm e inzuppate con lo sciroppo. Distribuite equamente sopra ogni disco la panna montata punteggiandola con qualche ciliegia fresca o sciroppata e con 1 allegra spolverata di cioccolato al 70 per cento di cacao grattugiato. Sovrapponete gli strati di torta e tenetela in frigorifero prima di servirla.

Cicerchiata

Per 4/6. Sgusciate 2 uova e sbattetele leggermente. Versate 150 g di farina in una terrina e amalgamatevi le uova, poi



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.

pigrizia, potete usare 3 sfoglie sovrapposte di pasta phillo surgelata spennellate di burro. Viene dalla Grecia ed è ottima, nessuno se ne accorgerà e farete un figurone. Non so chi abbia avuto l'idea di importarla, ma è un benemerito per tutti i ghiottoni.

Sacher

Ovvero il più famoso dolce del mondo. Scusate se è poco. Ecco la ricetta di questa grande torta, inventata nel primo '800 nella pasticceria dell'omonimo albergo di Vienna, che ha difeso questa primogenitura con le unghie e con i denti, anche in celebri cause in tribunale.

Per 1 torta da 24 cm di diametro. Burro g 130, zucchero a velo g 80, poca vanillina, 6 uova, cioccolato fondente g 130, zucchero g 90, farina g 130, rum, confettura di albicocche (☞ 1) g 150. Per la glassa: zucchero g 180, acqua dl 1,2, cioccolato al 70 per cento g 150

Fate una confettura di albicocche utilizzando però, per ogni 100 g di passata di albicocche, solo 40 g di zucchero – questo è importantissimo, la confettura non deve essere troppo dolce.

Mescolate il burro ammorbidito con lo zucchero a velo e la vanillina finché l'impasto sarà bello gonfio. Incorporate uno per uno i tuorli e aggiungete il cioccolato sciolto a bagnomaria ma non troppo caldo. Montate gli albumi con lo zucchero e uniteli delicatamente all'impasto. Solo alla fine aggiungete la farina setacciata, mescolando con un cucchiaino di legno.

Foderate con carta da forno la base di una tortiera. Aggiungete l'impasto e livellatelo. Cuocete in forno a 160° per 1 ora. La parte superiore deve "incrostarsi" un poco, non spaventatevi quando succede.

Sfornate e rovesciate su una rete da torta e lasciate raffreddare. Tagliatela in 2 e invertite le 2 metà, la parte inferiore piatta deve diventare il sopra della torta, piccolo grande trucco. Farcitela con un sottile strato di confettura, legger-



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.

Grazie a Sonia Folin che mi ha massacrato organizzando una sterminata serie di presentazioni di *Cuochi si diventa 1*. Anch'esse sono fondamentali.

Grazie a Maddalena Ceretti, che con tanta pazienza e attenzione lo ha redatto, e a Paola Adorni, Donatella Berasi e Chiara Cardelli, che l'hanno riletto con cura estrema.

Grazie più che mai a Carlo Feltrinelli, Alberto Rollo e Giulia Maldifassi. E anche a Elena Mantelli, Francesca Dal Negro ed Ermanno Guarnieri, detto Gomma.

Va da sé che resto il solo responsabile di quanto ho scritto.



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.

Budino d'arancia, 276

– del deserto, [77](#)

Burro ieratico, [21](#)

Caipiriña, [37](#)

Caipiroska, [37](#)

Cake morbido, 277

Calamaretti, canocchie e polpette, 119

Cannoli di tonno al tonno, 181

Caponata di carciofi, 243

– di melanzane con gambero al vapore, 45

– mista ai porcini, 242

Caponet di fiori di zucca, [247](#)

Cappesante gratinate, 118

Cappone bollito con bagnetto verde, [69](#)

Carciofi alla giudia, 244

– alla romana, 71

– con la mozzarella, 244

Cardi al gratin, 260

– al prosciutto, [262](#)

– alla ligure, [262](#)

– alla provenzale, 261

– con capperi, acciughe e olive, 261

– con uova, 263

– e fagioli, 263

– e salsicce, [262](#)

– trippati alle 4 cotture, 260

Carpaccio di scampi con riso freddo, 45

Carpione, 188

Cassoulet, 108

Cavatiddi al ragù di capra, 104

Cavolfiore gratinato, 245

Cavolini di Bruxelles al forno, 245

Cavolo gratinato, 245

Cefalo con fagiolini e patate, [172](#)

Centrifugato di carota al melone, 45

Cernia in umido rosso, [172](#)

Cetriolo farcito di spinaci, yogurt e pinoli tostati, 45

Ceviche di aringhe ai finocchi, 131

Champagne cocktail, [37](#)

Charlotte di mele, 274

– di pesche, 274

Chifeletti di patate, 254

Chirashi, 193

Chrein, [85](#)

Chulent, 86

Ciambotta, 243

Cicerchiata, [281](#)

Cima farcita di frattaglie, 213

Ciotola con soba e seppioline, 46

– con tagliatelle al cacao e vongole, 46

Cipollata, 116

Cipolle ripiene di zucchine, 56

Cipolline, patate e gamberi in agrodolce, 119

Clafotto di acciughe e olive, 124

– di arance amare e crema di marroni, [125](#)

– di aringhe, 124

– di carciofi e capperi, 124

– di fichi e uva, [125](#)

– di mele e ribes, [125](#)

– di pesche con menta e mandorle, [125](#)

– di pomodoro e champignon, 124

– di porri e pancetta, 123

– di prosciutto cotto e roquefort, 124

– di rabarbaro, [125](#)

Club sandwich, 52

Cocido, [109](#)

Cocktail di gamberi o di scampi, [53](#)

Coda alla vaccinara, 72

– arrosto, [214](#)

Coniglio alla cacciatore, 235

– con la caponata, 236

– in porchetta, 236

– in umido, 235

- Consommé di cappone con pasta al sacco, [69](#)
 Cosce di pollo impanate all'austriaca, [81](#)
 Cosciotto di agnello arrosto alla menta, 227
 – di agnello con frutti misti, 228
 Costata alla pizzaiola, [198](#)
 Costolette di maiale alla senape, 221
 Cotolettine, 54
Coulis di lamponi, 70
 Crema di peperoni e scampetti, 46
 – fredda di fave e bottarga, 46
 Crocchetta di patate con aringa affumicata, 46
 Crostata con la zucca e le fave, 60
 – di confettura, 279
 – di pesche, 279
 – di ricotta, 279
 Crostini alla cervella, 215
 – con peperoni e acciughe, [113](#)
 – di fegato di selvaggina, 114
 – tricolori, [113](#)
 Cubo di riso e latte con fragolina di bosco, 46
 Cuscus di carne, 84

 Daiquiri, 38
Dobos, 289
 Dolce di pane e mele, 278

 Erbazzone, 60

 Fagioli al cren, [247](#)
 – al peperoncino, 246
 – alla senape, 246
 Fagiolini verdi allo scalogno, 265
 Fagottini all'ananas, 278
 – di sarde ripieni di tonno, 78
 Fagottino di pollo, cipolla rossa e uvetta, 46
Falafel, 83
 Fave col guanciaie, 72
 – e cosce di rana, 239
 Fegato con i fichi, 216
 – stufato alla senape, 216
Feijoada, 111
 Filetti arrosto alla cinese, 223
 Filetto al pesto di melanzane, 197
 – alle ostriche, 63
 – con i fichi, 197
 – con salsa al cren, 197
 – con salsa di prugne, 197
 – di maiale in saor, 192
 – di manzo con patate e *Strudel* di zucca, 82
 – di tonno al lime, 78
 – in crosta alla Wellington alle erbe, 74
 Finocchi in besciamella, [247](#)
 Fiori di zucca ripieni di riso, [247](#)
 Focaccia, 95
 Fricassee di rane, 239
 Frittata di bruscandoli, [73](#)
 – di topinambur, 259
 Frittelle, 270
 – di baccalà, 186
 – di bianchetti, 118
 – di grano saraceno (sciatt), 116
 – di mele, 270
 – di patate al forno, 254
 – di patate e funghi, 254
 – di patate fritte, 253
 Frullato di zucca con salsicce e amarretti, 47
 Frustenga, 282
 Funghi in fricassea, 248
 – ripieni di carne, 55

 Gallinella alla greca, 173
 Gamberi d'acqua dolce al vermouth, 173

- fritti alle erbe, 173
- Ganascino alla paprika, [209](#)
 - alle mele cotogne, 208
 - con i ceci, [209](#)
 - con sedano, 208
- Garam masala*, 79
- Garofolato di bue, 203
- Garusoli in umido rosso, 173
- Gattò, [57](#)
- Gefillte fish*, [85](#)
- Gelatina con frutti di bosco, 272
- Gelo di agrumi, 272
- Gibson, 38
- Gin fizz, 38
- Gin tonic, 38
- Gnocchi di polenta al ragù, 169
 - rossi con *sauté* di tonno, vongole e cozze, 78
- Gnocco al prosciutto, 115
 - fritto, 114
- Godfather, 38
- Grog, 38
- Guacamole*, [97](#)
- Gulasch di guancia di vitellone, 71

Hamburger, 195

Harira con i frutti di mare, 84

Hochepot, 110

Insalata di aringhe, mele e cetrioli, 131

- di aringhe, patate e cipolle rosse, 131
- di cetrioli, 245
- di frittata, [53](#)
- di patate, 255
- di pesce e verdure, 170
- di pollo, 54
- di sogliole al pepe rosa, 180
- di soncino e alici marinate, [117](#)
- di uova sode, [53](#)
- sfiziosa di ventresca, [77](#)

Involtini di e con verza, 251

- di foglie di vite, 119
- di melanzane, 249

Involtino di alga con salmone, 47

- di alga con tonno, 47

Irish Coffee, 39

John Collins, 39

Kebab di fegatino di pollo alle erbe, 47

Lasagne al ragù, 167

- di mare, 168

Lingua di bue al vino rosso, 217

- di bue alla vaccinara, 217
- di vitello in agrodolce, [218](#)

Linguine al limone, [73](#)

Linzer, 288

Luganega al vino rosso, 71

Lumache alla borgognona, 238

- trifolate, 238

Maccheroncini con ragù vegetale, 76

Maiale al bambù, 223

- alla papaia, 220

Maionese di sedano di Verona, 266

Manhattan, 39

Margarita, 39

Marillenknödel, 289

Melanzane all'agrodolce, 249

- imbottite, 248
- in scapece, 189

Merlano con patate speziate, 174

Mezzo bignè farcito di tonno e peperoni, 47

Millefoglie con ricotta al pesto, 47

Minestra d'orzo, fave e cime di luppolo, 134

- di gallina e fagioli, 139

- di pane, caciocavallo e cipolle, [137](#)
- Misto mare in zimino, 171
- Mititei*, 195
- Moleche al vino bianco, 118
- Mousse* di asparagi, 75
 - di gallina alla frutta, 120
 - di trota affumicata all'austriaca, [81](#)
- Naselli alle acciughe, 174
- Nocette di agnello alla mela, 228
 - di agnello alle pere e cioccolato, 228
 - di agnello con cannellini, 228
- Orange blossom, 39
- Orate alle olive, 175
- Orecchiette alla milanese, 248
 - di Sissi al ragù lucano, 103
- Orzo con branzino marinato al limone, 48
- Ostriche fritte, [61](#)
 - in besciamella, [61](#)
- Paccheri al ragù di piccione, 104
- Padellata di carciofi e favette, 244
- Paella* alla mia maniera, 108
- Pagello con pancetta, fave e spinaci, 175
- Pancarrè, 92
- Pancotto di verdure, 135
- Pan di Spagna, 269
- Pane ai cereali, [89](#)
 - al cumino, [89](#)
 - al sesamo, 90
 - alle noci, 90
 - alle patate, 91
 - azzimo, [89](#)
 - con l'uvetta, [93](#)
 - ricetta base, 88
- Panettone gastronomico, 54
- Panissa di ceci, 114
- Panna cotta con la frutta, 275
 - con salsa di lamponi, 70
- Pannekoeken* (crespelle) alla mela e pancetta, [271](#)
- Pasta al ragù verde, 152
 - alla Norma, 151
 - alla pizzocchera, 151
 - con ciccioli e pecorino, [153](#)
 - con l'anguilla, 152
 - con le mandorle, [23](#)
 - con lumache e crema di fave, [153](#)
 - con polpo e patate, 152
- Pastella base per clafotto dolce, 123
 - per clafotto salato, 123
- Pasticcio di carne, topinambur e cipolle, 201
 - di coniglio, 237
- Patate all'alloro, 255
 - e carciofi, 255
- Patatine e trevisana in giallo, 255
- Pâté* di prosciutto cotto con olive e limone verde, 48
- Penne con ostriche e lardo, 62
- Peperoni arrostiti, 249
 - arrotolati, 250
 - in salsa all'acciuga, [117](#)
 - ripieni di melanzane, 56
- Pere al vino rosso, 272
- Pescatrice alla pizzaiola, 175
- Pesce persico alla milanese, 176
- Pesce spada a bagnomaria, 176
 - in agrodolce, 176
- Pesci marinati, 170
- Petto d'anatra agli agrumi, [234](#)
 - di pollo al vapore, 230
- Piadina romagnola, 115
- Pilchersteiner*, 110
- Piña colada, 40
- Pissaladière*, 59
- Pizza, 94
- Poivrade*, [97](#)



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.

Rotolo farcito, 213

Rouille, 98

Rusty nail, 40

Sacher, 287

Salmone al formaggio, 178

Salmoriglio, 98

Salsa al miele, 98

– alla diavola, 99

– allo scalogno, 264

– di fave, 99

– di mirtilli, 99

– di pane, 99

– di patate, 253

– di ribes, 99

Salsicce e fagioli, 222

– e patate, 222

Salimbocca alla romana, 210

Sarde a beccaficu, 179

Sartù di riso, 106

Savarin di riso, 163

Sbriciolata, 280

Scaloppine alla trevisana, 210

Scampi al curry, 179

Scarole imbottite, 250

Screwdriver, 40

Sebadas, 270

Sedano di Verona in umido, 267

Semifreddo di noci caramellate,
273

Seppie con i carciofi, 179

– nere in umido, 70

– ripiene, 180

Sformato alla crema pasticciera,
275

– di carciofi e lenticchie, 75

Sogliole con pomodori e olive, 180

Soufflé di cardi, 263

– di patate, 256

Spezzatino con scorzonera, 199

– in fricassea, 199

Spiedini di pesce spada, 177

Spiedino di anguilla in agrodolce e
sesamo, 49

– di branzino e pancetta tesa, 49

Spinaci in agrodolce, 251

Stinco di vitello arrosto con patate,
213

Stinger, 40

Stoccafisso mantecato alla veneziana,
187

Stracotto al peperone, 200

– al vino rosato, 199

– alle albicocche, 200

Strudel, 285

– di asparagi e fagiolini, 121

– di carne e funghi, 121

– di patate, 257

Sugo al palombetto e capperi, 147

– al ragù di funghi, 143

– al ragù di funghi e salsiccia, 145

– alla Bisanzio, 149

– alla seppia nera e sedano, 149

– alla truccida, 154

– col broccolo, 145

– col rognone e gli asparagi, 147

– col salmone all'arancia, 148

– con bottarga e salsa di asparagi,
151

– con cannolicchi e pepe pestato,
148

– con capperi e fave, 148

– con costine e peperoni gialli,
146

– con fagioli, cotenne e funghi,
146

– con la cipolla al curry, 144

– con le triglie al sugo di triglie,
147

– con mozzarella, pomodoro e
pancetta, 145

– con noci e ricotta, 144

– con pesto di sedano e ricotta, 150

– con pesto di spinaci e pecorino,
150

– con pollo, olive e melanzane,
146

– con polpa di granchio e mela,
150



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.

- pinoli e uvette, [252](#)
- Zuppa di catalogna e uova, [133](#)
 - di cavolo nero, 135
 - di cozze, cannellini e sedano di Verona, [267](#)
 - di fegato e cipolle, 139
 - di finocchi al rosso, 136
 - di lattuga, [137](#)
 - di lumache, 138

- di oca e..., 138
- di patate, fave e carciofi, 134
- di rane ed erbe, 138
- di regaglie e caciocavallo, 139
- di talli, 136
- 4 P: patate, piselli, porcini e panna acida, 134
- Zuppetta di topinambur con mango e limone, 136

Indice alfabetico delle tecniche e delle procedure

- Basilico spezzettato, [33](#)
- Cottura del filetto con il sale, [24](#)
- Dissalare, [25](#)
- Friggere e scolare, [25](#)
- Mettere a mollo e cuocere i legumi, [26](#)
- Mettere a mollo funghi e frutta secca, [32](#)
- Mondare gli asparagi, [27](#)
- i carciofi, [28](#)
 - i cardi, [28](#)
 - i finocchi, [30](#)
 - i peperoni, [30](#)
 - i pomodorini, [31](#)
 - il sedano, [31](#)
 - le carote, [29](#)
 - le cipolle, [29](#)
- Mondare e aprire le cozze e le vongole, [33](#)
- Pelare al vivo gli agrumi, [32](#)
- i pomodori, [31](#)
 - l'aglio, [26](#)
- Prezzemolo tritato, [31](#)
- Pulire i funghi freschi, [32](#)
- Spurgare i cetrioli, [29](#)
- le melanzane, [30](#)
- Tagliare a dadi una mela, [33](#)

Un motorino di ricerca in più

Accanto ai classici e insostituibili indici alfabetico e generale, ho pensato di mettervi a disposizione un motorino di ricerca meno usuale – accanto, non li sostituisce! Qui di seguito troverete [57](#) ingredienti ghiotti. Per ognuno ho indicato tutti i piatti, siano essi salse, antipasti, primi o quant'altro, in cui quell'ingrediente è dominante.

In questo indice, oltre ai piatti presenti in *Cuochi si diventa 2*, troverete anche quelli presenti in *Cuochi si diventa 1*. Il numero in neretto indica in quale dei due volumi si trova la ricetta.

Sono esclusi i dolci e i *finger food*.

In gran sintesi, questo motorino serve a chi è ghiotto di un particolare ingrediente per trovare tutti i piatti in cui quell'ingrediente dà un contributo importante. Buona ricerca.

Acciughe

CAPITOLO 2, 128-129

Acciughe alla tunisina, 2, 190

Alici in scapece, 2, 189

Clafotto di acciughe e olive, 2, 124

Crostini con peperoni e acciughe, 2, 113

Naselli alle acciughe, 2, 174

Pasta con mollica e acciughe, 1, [129](#)

Peperoni in salsa all'acciuga, 2, [117](#)

Pissaladière, 2, 59

Soufflé di lardo e acciughe, 1, 84

Tapenade, 2, 100

Aglio

Ailloli, 2, [97](#)

Bagna càôda, 1, [262](#)

Bianchetti aglio, olio e peperoncino, 1, 185

Pasta aglio olio e peperoncino, 1, 132

Pesto, 1, 35

Pesto di carciofi, 1, 36

Salsa all'aglio, 1, [49](#)

Salsa verde, 1, [37](#)

Vellutata all'aglio, 1, 92

Agrodolce

- Arista in agrodolce, 1, 232
- Lingua di vitello in agrodolce, 2, 218
- Maiale in salsa piccante, 1, 233
- Pesce spada in agrodolce, 2, 176
- Salsa agrodolce, 1, 53

Albicocche

- Agnello alle albicocche, 1, 240
- Anguilla alle albicocche, 1, 193
- Salsa agrodolce, 1, 53

Anatra

- CAPITOLI, 1, 247-249; 2, 233-234
- Minestrone all'anatra, 1, 90
- Soffritto ricco di anatra, 1, 28
- Strudel* di anatra e verza, 1, 76

Arancia

- Anatra all'arancia, 1, 247
- Animelle all'arancia, 2, 215
- Cosce d'anatra all'arancia, 1, 248
- Insalata di penne con mozzarella e arancia, 1, 147
- Pasta col salmone all'arancia, 2, 148
- Pesce persico all'arancia, 1, 196
- Salsa all'arancia, 1, 53
- Salsa all'arancia e Cointreau, 1, 280
- Stinco di vitello all'arancia, 1, 220

Aringhe

- CAPITOLO 2, 130-132
- Clafotto di aringhe, 2, 124

Asparagi

- Asparagi con salsa olandese, 1, 265
- Asparagi verdi gratinati alla panna, 2, 243
- Bocconcini di vitello con gli asparagi, 2, 211
- Daube* di vitello con spugnole e asparagini, 1, 113
- Mousse* di asparagi, 2, 75
- Pasta col rognone e gli asparagi, 2, 147

Pasta con bottarga e salsa di asparagini, 2, 151

Ragoût di luccio con gli asparagi, 1, 195

Risotto con asparagi e cappesante, 2, 156

Risotto con spugne di mare e asparagi, 1, 158

Sformato di polenta con asparagi, 1, 75

Strudel di asparagi e fagiolini, 2, 121

Sugo di asparagi per ravioli, 1, 144

Torta di asparagi e porri, 2, 58

Vellutata d'asparagi, 1, 94

Baccalà

- CAPITOLO 2, 186-187
- Umido di baccalà alla bolognese, 2, 70

Barbabietole

- Borsch*, 1, 106
- Borsht* di piedino, 2, 86
- Minestra siberiana, 1, 96

Birra

- Carbonata, 1, 207
- Carpa alla birra, 1, 194
- Stinco alla birra, 1, 236
- Vellutata di bruscandoli alla birra, 1, 92

Carciofi

- Agnello con i carciofi, 2, 227
- Caponata di carciofi, 2, 243
- Carciofi alla giudia, 2, 244
- Carciofi alla romana, 2, 71
- Carciofi con la mozzarella, 2, 244
- Clafotto di carciofi e capperi, 2, 124
- Frittata con i carciofi, 1, 257
- Gattò di sarde e carciofi, 1, 189



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.

- Gamberi alla busera, 1, 199
 Gnocchi rossi con *sauté* di tonno, vongole e cozze, 2, 78
 Insalata di tagliolini con cozze e sogliola, 1, 147
 Pasta con cozze e pomodorini, 1, 135
 Pasta con le cozze, 1, 128
 Riso con cozze e melanzane, 2, 161
 Tiella, 1, 163
 Zuppa di cozze, cannellini e sedano di Verona, 2, 267
 Zuppa di cozze, mango e menta, 1, 95
- Curry
 Brasato al curry, 2, 204
 Cozze al curry, 1, 73
 Curry di pollo e gamberi, 1, 112
 Curry di verdure miste, 1, 264
Mulligatawny, 1, 105
 Pasta con gamberi e curry, 1, 130
 Pasta con la cipolla al curry, 2, 144
 Pollo al curry, 1, 244
 Puntine al curry, 2, 224
 Ripieno per ravioli di carne al curry, 1, 141
 Riso con curry e frutta secca, 2, 161
 Salsa al curry, 1, 51
Sauté di vitello al curry, 1, 218
 Scampi al curry, 2, 179
 Uova affogate al curry, 1, 260
- Fagioli
 Baccalà con i fagioli, 1, 192
 Cardi e fagioli, 2, 263
Cassoulet, 2, 108
Chulent, 2, 86
 Fagioli al cren, 2, 247
 Fagioli al peperoncino, 2, 246
 Fagioli alla senape, 2, 246
Feijoada, 2, 111
- Minestra di gallina e fagioli, 2, 139
 Minestra di trippa e fagioli, 1, 90
New England baked pork and beans, 1, 235
 Oca con fagioli, 1, 249
 Panissa, 1, 164
 Pasta con fagioli, cotenne e funghi, 2, 146
 Pasta e fagioli, 1, 86
 Riso con salsicce e fagioli, 2, 162
 Risotto con fagioli e cotenne, 1, 159
 Risotto con vino rosso, midollo e fagioli, 2, 157
 Salsicce e fagioli, 2, 222
 Vellutata di trippa, 1, 94
 Zuppa di cozze, cannellini e sedano di Verona, 2, 267
 Zuppa di farro, 1, 86
- Fave
 Crostata con la zucca e le fave, 2, 60
Falafel, 2, 83
 Fave col guanciaie, 2, 72
 Fave e cosce di rana, 2, 239
 Minestra d'orzo, fave e cime di luppolo, 2, 134
 Padellata di carciofi e favette, 2, 244
 Pagello con pancetta, fave e spinaci, 2, 175
 Pasta con cappesante e fave, 2, 148
 Pasta con lumache e crema di fave, 2, 152
 Portafogli di vitello alle fave, 2, 210
 Riso con moscardini e favette, 2, 162
 Risotto col rognone e le fave, 2, 158
 Salsa di fave, 2, 99
 Vellutata di fave e gamberi, 2, 142



You have either reached a page that is unavailable for viewing or reached your viewing limit for this book.

Pasta con rape, sedano di Verona e funghi, **2**, 144
Ragoût di capriolo con cavolo rosso e finferli, **2**, 82
 Ripieno per ravioli di riso e funghi, **1**, 143
 Risotto ai porcini, **1**, 156
 Risotto con finferli e castagne, **2**, 155
 Risotto con scampi e funghi, **1**, 156
 Rognone di vitello ai funghi, **2**, [218](#)
 Rombo ai funghi, **2**, 177
 Soufflé di porcini, **1**, 83
 Spezzatino di ossibuchi e porcini, **1**, 231
Strudel di carne e funghi, **2**, [121](#)
 Uova strapazzate ai funghi, **1**, 257
 Zuppa 4 P: patate, piselli, porcini e panna acida, **2**, 134

Gamberi

Brikes di tonno e gamberetti, **2**, 83
 Cipolline, patate e gamberi in agrodolce, **2**, 119
 Cocktail di gamberi o di scampi, **2**, 53
 Curry di pollo e gamberi, **1**, 112
 Gamberi alla busera, **1**, 199
 Gamberi d'acqua dolce al vermouth, **2**, 173
 Gamberi fritti alle erbe, **2**, 173
 Minestra di gamberi, **1**, 88
 Pasta con gamberi e curry, **1**, 130
 Ripieno per ravioli di branzino e gamberi, **1**, 142
 Soufflé di gamberi, **1**, 84
 Uova strapazzate con i gamberetti, **1**, 257
 Vellutata di cipolle ai gamberoni, **1**, [93](#)
 Vellutata di fave e gamberi, **2**, 142

Limone

Agnello in salsa di limone, **1**, [240](#)
 Burro *maître d'hôtel*, **1**, 48
Citronnette, **1**, 79
 Filetto di tonno al lime, **2**, 78
 Linguine al limone, **2**, [73](#)
 Piccata al limone, **1**, 217

Lumache

CAPITOLO **2**, 238-239
 Pasta con lumache e crema di fave, **2**, [153](#)
 Zuppa di lumache, **2**, 138

Melanzane

Caponata, **1**, 263
 Filetto al pesto di melanzane, **2**, 197
 Involtini di melanzane, **2**, 249
 Melanzane all'agrodolce, **2**, 249
 Melanzane imbottite, **2**, 248
 Melanzane in scapece, **2**, 189
 Parmigiana di melanzane, **1**, 264
 Pasta alla Norma, **2**, 151
 Pasta con melanzane e menta, **1**, [125](#)
 Pasta con pollo, olive e melanzane, **2**, 146
 Peperoni ripieni di melanzane, **2**, 56
 Riso con cozze e melanzane, **2**, [161](#)
 Salmone con melanzane, **1**, 196
 Timballo di pasta con polpette e melanzane, **2**, [105](#)

Mele

Costolette di maiale alle mele, **1**, 232
 Nocette di agnello alla mela, **2**, 228
 Oca alle mele, **1**, 249
 Pasta con polpa di granchio e mela, **2**, 150
 Rombo con le mele, **1**, 188

Salsa di mele, 1, 52
 Stracotto al sedano e mele, 1, 212
 Menta
 Pasta al tonno fresco e menta, 1, 129
 Pasta con melanzane e menta, 1, 125
 Salsa alla menta, 1, 52
 Vellutata alla menta, 1, 92
 Zuppa di cozze, mango e menta, 1, 95

Ostriche
 CAPITOLI 1, 81-82; 2, 61-63
 Gallina bollita con salsa d'ostriche, 1, 246
 Sogliole alle ostriche, 1, 189

Pancetta
 Clafotto di porri e pancetta, 2, 123
Clam's chowder, 1, 73
New England baked pork and beans, 1, 235
 Pagello con pancetta, fave e spinaci, 2, 175
Quiche lorraine, 1, 65
 Uova fritte al bacon, 1, 259

Panna
 Animelle alla panna con funghi porcini, 2, 68
 Aringhe alla panna, 1, 184
 Asparagi verdi gratinati alla panna, 2, 243
 Brasato alla California, 1, 206
 Cozze gialle alla panna, 1, 74
 Luccio alla panna, 1, 195
 Noce di vitello alla panna, 1, 217
 Pollo alla panna, 1, 246
 Vellutata di riso e panna, 1, 94
 Zuppa 4 P: patate, piselli, porcini e panna acida, 2, 134

Patate
 CAPITOLO 2, 253-257
Beefsteak pie, 2, 201
 Cefalo con fagiolini e patate, 2, 172
 Cipolline, patate e gamberi in agrodolce, 2, 119
 Gattò, 2, 57
 Filetto di manzo con patate e *Strudel* di zucca, 2, 82
 Merlano con patate speziate, 2, 174
 Pasta con patate e provola, 1, 135
 Pasta con polpo e patate, 2, 152
 Patate fritte, 1, 266
 Pesce finto, 1, 64
 Purè di patate, 1, 266
Ragoût di pasta, agnello e patate, 2, 107
 Risotto con le patate, 2, 156
 Rombo con patate e topinambur, 2, 73
 Salsicce e patate, 2, 222
 Stinco di vitello arrosto con patate, 2, 213
 Stufato con patate, 1, 213
 Tiella, 1, 163
Tortilla alla spagnola, 1, 258
Vichyssoise, 1, 92
 Zuppa di patate, fave e carciofi, 2, 134
 Zuppa 4 P: patate, piselli, porcini e panna acida, 2, 134

Peperoncino
 Bianchetti aglio, olio e peperoncino, 1, 185
 Chili con carne, 1, 207
 Pasta aglio, olio e peperoncino, 1, 132
 Pasta con cipollotti e peperoncino, 1, 124
 Pesce persico con cipollotto e peperoncino, 1, 196



ALLAN BAY

Cuochi si diventa 2

Le ricette e i trucchi della buona cucina italiana di oggi

Allan Bay completa il suo *Cuochi si diventa* con 500 nuove, ghiotte, fantastiche ricette.

Un nuovo capitolo di buona cucina, di sapori, di invenzioni, di scrittura brillante.

E, come si dice, un volume tira l'altro.

euro 15,00

ISBN 88-07-49029-3



9 788807 490293

Material com direitos autorais